sale&pepe

GENNAIO 2013 - € 3,50

MONDADORI



Sfoglie al piatto con i gamberi, pag. 36

LASAGNE sfoglie sottili e farce gourmand **CROSTACEI** delizie raffinate in gusci coriacei **SMØRREBRØD** le tartine del Nord in chiave italiana **LENTICCHIE** nuove idee per uscire dai canoni **FRUTTA SECCA** a prova di torta

Poste italiane spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/03 art.1, comma 1, DCB Verona - Anno 27 - Mensile - PT(Cont) € 6,00 - Lux € 6,00 - Svizzera CHF 7,50 - Svizzera C.T. CHF 7,30 - Belgio € 6,00 - Grecia € 6,00 - Germania € 7,50

SOMMARIO
GENNAIO 2013

58

14

46

80

30

La nuova app di Sale&Pepe
Scaricate l'applicazione dall'Apple Store per sfogliare la rivista direttamente sull'iPad.

Sale&Pepe è su Facebook!
Venite a trovarci su facebook.com/saleepepemagazine per scambiare idee, ricette e foto con la redazione e i lettori più appassionati.

Indice delle ricette e indirizzi a pagina 6


100


91

Scuola

Rubriche

Hanno collaborato con noi a Gennaio

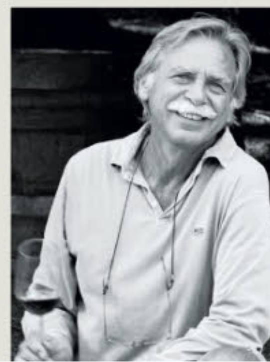


CLAUDIO SADLER
Tanto rigoroso nell'applicare le regole quanto brillante nel trasgredirle, è una vera celebrity tra le toque stellate. E una grande persona. A pag. 43

LE "RAGAZZE" DI DICOCIBO
Sono Roberta Spagnoli, Chiara Guarnerio, Silvia Scalzi. E cucinano l'esperienza di comunicatrici nel loro ristorante-club, dove abbiamo realizzato il servizio di pag. 14



STEFANO SCATÀ
La passione per la fotografia ha avuto la meglio su quella gastronomica, ma anche in pieno deserto australiano non rinuncia a prepararsi le eggs Benedict. Pag. 74



INDICE
LE RICETTE DI GENNAIO 2013

INDIRIZZI

- **Abito Qui**, www.abitoqui.it
- **Alessi**, www.alessi.it
- **Artis**, www.artisitaly.it
- **Bitossi Home**, www.bitossihome.it
- **Bormioli Rocco**, www.bormiolirocco.com
- **Brandani**, www.brandani.it
- **Calligaris**, www.calligaris.it
- **C&C Milano**, www.cecmilano.com
- **Coin**, www.coin.it
- **Cosi Tabellini**, www.cositabellini.it
- **Covo**, www.covo.it
- **Cristallerie Livellara**, www.livellara.com
- **Dedar**, www.dedar.com
- **Dicocibo**, www.dicocibo.it
- **Egizia**, www.egizia.it
- **Fade**, www.fade.sm
- **Fink**, distr. da Luigi Galli, www.galliluigi.com
- **Fiorirà un giardino**, www.fioriraungiardino.it
- **Fonderia Ceramiche Bucci**, www.fonderiabucci.it
- **Galleria Luisa delle Piane**, www.gallerialuisadellepiane.it
- **Geneviève Lethu**, www.genevievelethu.com
- **Gense**, www.gense.se
- **Ivano Redaelli**, www.ivanoredaelli.it
- **IVV**, www.ivvnet.it
- **La fabbrica del lino**, www.lafabbricadellino.com
- **La Rinascente**, www.rinascente.it
- **Lehmann**, distribuito da Schoenhuber, www.schoenhuber.com
- **Le stanze della memoria**, www.lestanzedellamemoria.it
- **Licia Martelli**, www.liciamartelli.com
- **Linea Sette**, www.lineasette.eu
- **Luigi Galli**, www.galliluigi.it
- **Magis**, www.magisdesign.com
- **Michielotto**, www.michielotto.com
- **Milanoans**, www.milanoans.it
- **Novità Home**, www.novitahome.it
- **Pampaloni**, www.pampaloni.it
- **Peugeot**, distribuito da Sorma, www.home-more.it
- **Potomak Studio**, www.potomak.it
- **Quagliotti**, www.quagliotti1993.it
- **Richard Ginori**, richardginori1735.com
- **Riedel**, www.riedel.com
- **Rosenthal Studio Line**, www.rosenthal.it
- **Rubelli**, www.rubelli.com
- **Sambonet**, www.sambonet.it
- **Schoenhuber Franchi**, www.schoenhuberfranchi.com
- **Screwpull**, www.lesreuset.es
- **Society**, www.societylimonta.com
- **Tscoma**, www.tescomaonline.com
- **Tognana**, www.tognanaporcellane.it
- **Villeroy&Boch**, www.villeroy-boch.com
- **Virginia Casa**, www.virginiacasa.it
- **Viridea**, www.viridea.it
- **Waf**, distribuito da Schoenhuber www.schoenhuber.com
- **Wmf**, www.wmf.it
- **Zani&Zani**, www.zaniezani.iy
- **Zara Home**, www.zarahome.com
- **Zima**, www.zima-pvd.it

Vogliamo creare
i cioccolatini
e le caramelle
migliori
per il gusto
di ognuno

Luigi Zàini

CI SONO PASSIONI CHE NON CAMBIANO CON IL TEMPO

I nostri cent'anni sono fatti di buon cioccolato, ingredienti di qualità, passione e stile. Una ricetta che Luigi Zàini ha adottato fin dal primo giorno, nella sua fabbrica di Milano, cento anni fa. Oggi la tradizione continua e la ricetta naturalmente non è cambiata.

Emilia



100
Zàini
1913-2013

Anni di ricerca, passione e dedizione per un obiettivo di eccellenza che si distingue al palato

La qualità, soprattutto

Sorpreso, lo sguardo abbraccia più di tremila piante di vecchia e nuova generazione nell'eccezionale microclima del Parco della Musella, nel Veronese. Alla generosità della natura, Fontanara sposa un modernissimo impianto di irrigazione e un metodo di coltivazione tradizionale. La raccolta manuale, la frangitura in giornata sono motivi di orgoglio e di risultati unici.

Il circuito di estrazione a freddo evita ogni contatto con l'ossigeno. E l'olio si mantiene puro e prezioso in ogni sua espressione. Come l'Extravergine di Oliva 100% italiano Selezione Fontanara, con il suo equilibrio di foglia e frutta fresca. Oppure il D.O.P. Veneto Valpollicella, ottenuto da piante di origine protetta che svelano il tipico gusto delicato e fruttato. Il palato sceglierà il suo Fontanara. In ogni caso, la qualità soprattutto.





Fontanara
Piacere, Italia.

Laura Maragliano



Chi ben comincia...

UN OMAGGIO AGLI ANTIPASTI E A UN GASTRONOMO DI LODI CHE NE HA INVENTATO UNO DAVVERO INDIMENTICABILE. PER INIZIARE ALLA GRANDE IL CENONE (E L'ANNO NUOVO)

ritratto di Michele Tabozzi, foto delle ricette di Francesca Moscheni, in cucina Antonella Pavanello

Ci sono incontri che avvengono per caso. Come il mio con Emilio Mazzi. Nebbia e freddo quel giorno a Lodi. Per riscaldarmi entro in una libreria e metto le mani su "il Cucinario", seconda e ultima ristampa 1982. Apro e scopro con stupore una prefazione di Luigi Veronelli che ha il tono di chi parla a un caro amico e trovo un'annotazione dell'Accademia Italiana della Cucina che definisce l'autore del testo "nostro grande consulente gastronomico". Ma chi sarà mai Emilio Mazzi? Leggo ciò che Veronelli scrive: "Del Mazzi sono amico dal giorno che lo conobbi in Lodi; salumiere in via dell'Incoronata, a pochi passi dal Duomo, artigiano a tutte lettere, innamorato del proprio mestiere". Non un semplice salumiere dunque, ma un vero gastronomo, inventore di piatti superlativi. Indimenticabili i suoi marbré, aspic, galantine, salmì. Cessata l'attività prima della ristampa del libro ("il giorno che abbandonò ho caragnato anch'io", scrive Veronelli), rimane vivo nei lodigiani il ricordo con rassegne gastronomiche, corsi di cucina e una biografia ("Una passione costante" del 2008), scritta da Mariella Rocco "come atto di giustizia verso un uomo che ha dato lustro a Lodi in Italia e in Europa". Io che lodigiana non sono, ma che per casualità abito in zona da molti anni, me lo immagino l'Emilio (così lo chiamava Veronelli) nella sua bottega di via dell'Incoronata, nelle giornate fredde che fanno risuonare i passi sull'acciotolato di piazza del Duomo, parlare con le forme di grana lodigiano di cui era un gran cultore, sino a trovare quella che, per essere giusta, una volta aperta doveva lacrimare.

> segue a pag. 10



MARBRÉ ALLA MAZZI

PER 12 PERSONE
400 g di sottofesa di vitellone - 400 g di filetto di maiale - 400 g di polpa di lepre o daino o capriolo (anche surgelata e scongelata) - 100 g di prosciutto cotto in una solo fetta - 100 g di sedano - 100 g di cipolla - 20 g di tartufo nero - 20 g di pistacchi sgusciati - 20 g di gelatina in fogli - 1 bottiglia di vino bianco corposo - 1 dl di Cognac - 50 g di burro - 2 cucchiai di olio extravergine d'oliva - 1 mazzetto di erbe aromatiche (alloro, salvia e rosmarino) - sale - pepe

● **1** Tagliate le carni a dadi e mettetele in una ciotola con il sedano e la cipolla a pezzetti, le erbe aromatiche, sale e pepe e il vino. Passate in frigo per 2 giorni mescolando ogni tanto.
● **2** Scolate la carne (conservando la marinata) e rosolatela in padella con l'olio e il burro. Sfumatela con il Cognac e dopo qulache istante aggiungete la marinata con le verdure e gli aromi. Cuocete coperto per 2 ore e mescolate ogni tanto. Se necessario bagnate con poca acqua.
● **3** Ammorbidite la gelatina in acqua fredda. Quando la carne comincia a sfaldarsi, unite la gelatina sgocciolata, i pistacchi e il prosciutto e il tartufo a cubetti. Dopo qualche minuto, eliminate gli aromi e trasferite il tutto in uno stampo rettangolare della capacità di 1,5 litri. Fate raffreddare in frigo per almeno 6 ore. Sformate il marbré aiutandovi con un coltello e decoratelo a piacere con verdurine.

1



2



3



1 Cottura e tempi di riposo del marbré sono piuttosto lunghi, ma la preparazione è davvero semplicissima. Come prima cosa, si fa riposare in frigo per 2 giorni un mix di carni a cubetti in una marinata di vino, verdure e aromi. **2** La carne sgocciolata viene poi rosolata in padella e quindi portata a cottura (2 ore) aggiungendo di nuovo la marinata. Poco prima di spegnere si aggiungono pistacchi, tartufo, prosciutto e gelatina. **3** A questo punto il marbré, con il suo sugo "gelatinato", va versato in uno stampo a cassetta e passato in frigo per almeno 6 ore (meglio se una notte).

Finger food nei cucchiaini

Presentazione insolita e gusto raffinato per tre prelibati antipastini da servire sui cucchiaini da dolce. Ideali per un'overture a buffet prima di mettersi a tavola.

Gamberi al lardo. Avvolgete 8 code di mazzancolla con altrettante fettine di lardo e rosolatele in padella per 2 minuti con poco olio e qualche foglia di salvia.

Mousse di fagioli. Frullate 230 g di fagioli bianchi di Spagna con 100 g di yogurt greco, qualche foglia tenera di sedano, 2 cucchiai di succo di limone, sale e pepe.

Insalatina al pompelmo. Tagliate a julienne finissima qualche foglia di radicchio rosso e indivia belga, mescolatele con tocchetti di pompelmo rosa pelato al vivo e condite con un'emulsione di olio, succo di pompelmo, sale, pepe e poche gocce di aceto balsamico. Distribuite ognuno degli antipasti su 8 cucchiaini, completando quelli alla mousse di fagioli con minuscoli dadini di cipolla rossa. Servite con fettine di pane leggermente tostate.





Sorbetto aromatico

Qualche rametto di rosmarino, che cuoce insieme allo sciroppo base, ed ecco che il tradizionale sorbetto al limone acquista una nota di rara eleganza. Per spezzare un pranzo importante o come delicato dessert. Mettete sul fuoco 300 ml di acqua con 300 g di zucchero e 2 rametti di rosmarino. Fate bollire per 2 minuti mescolando e lasciate raffreddare completamente (in frigo). Filtrate lo sciroppo e mescolatene 400 g con 400 ml di succo di limone filtrato e 200 ml di acqua. Fate gelare il composto nella sorbettiera oppure mettetelo nel freezer mescolandolo ogni 3 o 4 ore finché non si sarà gelato completamente. Per servire, prelevate il sorbetto con un dosatore da gelato o con un cucchiaio e presentatelo in coppe a piacere decorando con rametti di rosmarino. Se vi piace, aggiungete qualche bacca di pepe rosa pestata.

Cremini salati in rosa

Delicati, deliziosi, belli da vedere. Sono mini tramezzini al formaggio, colorati e profumati dalla polpa della barbabietola. Un tocco di grazia su una tavola raffinata. Frullate 200 g di robiola con 1 pizzico di sale e 40 g di polpa di barbabietola cotta ben asciugata. Spalmate la mousse ottenuta su 2 fette di pane per tramezzini, sovrapponetele e copritele con una terza fetta. Avvolgete la mattonella con pellicola trasparente e fatela raffreddare in frigo per un paio d'ore. Al momento di servire, tagliatela a cubetti e completate con erba cipollina tritata.

Zuppette in tazzina

Sciacquate 1 kg di vongole, copritele d'acqua e fatele spurgare per 3 ore al fresco. Lavatele e sgocciolatele. In una larga padella scaldate 4 cucchiai di olio con 1 spicchio d'aglio schiacciato, un po' di timo e qualche rametto di maggiorana. Unite le vongole e 1 bicchiere di vino bianco, coprite e cuocete finché le conchiglie si saranno aperte. Sgusciate le vongole e tenetele da parte. Filtrate il fondo di cottura, fatelo ridurre a fiamma vivace fino a ottenere circa 2 dl di liquido e poi unite 2 dl di panna e ancora un po' di timo e maggiorana. Quando il sughetto si sarà leggermente addensato, aggiungete le vongole sgusciate e fatele insaporire per qualche secondo. Trasferite la zuppetta in 6 tazzine da caffè e servitele con piattino e cucchiaino decorando a piacere con qualche fogliolina di timo.





Capodanno a ritmo jazz



FAVOLOSE ATMOSFERE ANNI VENTI E SAPORI ELEGANTI INTERPRETATI CON GUSTO CONTEMPORANEO. PER UN INIZIO ANNO DAVVERO MEMORABILE

a cura di E. Dalessandri, ricette di A. Avallone, foto di S. Sainaghi, styling di M. Cattaneo, scelta dei vini di S. Sangiorgi. Si ringrazia Dicocibo di Milano per l'ospitalità

Il servizio è stato realizzato da Dicocibo a Milano, ristorante in pausa pranzo e club con palcoscenico la sera. Sul palco il gruppo dei Milanoans, che propongono il jazz di New Orleans e Chicago tra charleston e fox-trot, one-step e blues. In alto, piatto Sia. Indirizzi a pagina 6

Grande cucina, ottima musica e, soprattutto, il piacere di festeggiare in tutto relax: quando il Capodanno è extra-large, con una cerchia di amici allargata, meglio riservare un locale tutto per sé. Dove si ricrea un'atmosfera calda e intima come quella di casa con il valore aggiunto di uno spumeggiante accompagnamento jazz, che dà le giuste vibrazioni alla serata e scandisce i tempi della cena al ritmo della ruggente Chicago anni Venti. Nel menu, studiato nei minimi dettagli, tutti gli ingredienti per una tavola da vero evento: piatti eleganti, di spiccata personalità e semplicità ricercata, facili da preparare per tante persone.

> segue a pag. 16

> *segue da pag. 15*

Sotto il tavolo i piedi battono il ritmo sincopato del primo blues, mentre le mani si avvicinano all'alzatina ad afferrare i piccoli, golosi pâté di tonno: siedono nelle foglie croccanti di finocchio, impreziositi dalla fragranza aspra dell'arancia e dalla nota dolce dei canditi, che ritorna sotto forma di mostarda nel ripieno delle caramelle di lenticchie e cotechino. La ciotolina con la salsa verde al peperoncino di accompagnamento invita ad aggiungere al mix dolcesalato una sferzata piccante, perfetta anche per le crudité.
Le note scoppiettanti di un charleston contagiano i più scatenati, che si lanciano in un ballo sfrenato sotto il palco senza rinunciare a tener d'occhio l'arrivo del primo piatto: cannelloni in versione superchic, farciti con ragù bianco di carne e verdura e benedetti da una grattata di tartufo nero.

> *segue a pag. 21*

Pâté di tonno all'arancia, pag. 22

Caramelle di lenticchie e cotechino, pag. 22





A sinistra, cavallo a dondolo Fink, sfera luminosa Viridea, piatti, bicchieri e alzate Licia Martelli. Indirizzi a pagina 6

Cannelloni al ragù bianco e tartufo nero,
pag. 22

Trancetti di baccalà con pere e pancetta in salsa all'arancia, pag. 24

In basso, ciotola e bicchiere IVV. A destra, piatti Licia Martelli. Indirizzi a pagina 6





DADOLATA DI TOPINAMBUR, PATATE E SEDANO RAPA

PER 8 PERSONE
400 g di patate - 300 g di topinambur - 300 g di sedano rapa - 50 g di pancetta affumicata a dadini - 1 spicchio di aglio - rosmarino - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Sbucciate patate, topinambur e sedano rapa e tagliatele a dadini piccoli e regolari. Scottateli in acqua bollente salata per 5 minuti e scolateli bene.
● **2** Scaldate una larga padella antiaderente con 3 cucchiai di olio, l'aglio con la buccia e rosolate la pancetta affumicata per 2 minuti.
● **3** Aggiungete gli ortaggi preparati e cuoceteli a fuoco medio senza muoverle finché si forma una crosticina alla base. Salate, pepate, mescolate con la spatola e terminate la cottura aggiungendo un cucchiaio di aghi di rosmarino.

FACILISSIMA
● **Preparazione 15 minuti** ● **Cottura 20 minuti**
● **105 cal/porzione**





BERE GIUSTO

Godiamoci il primo brindisi all'inizio del pasto accostando al pâté e alle caramelle di lenticchie un Franciacorta rosé, avvolgente e setoso, capace di sentire la cremosità del primo e la ricchezza del ripieno di lenticchie e cotechino. A partire dai cannelloni sarà un Rosso di Montalcino ad accompagnare la delicatezza odorosa dei cannelloni e la misurata grassezza della lonza, gratificando la salsa e il contorno. Sulla torta si può brindare con un calice di Barolo chinato, ancora più adatto per la presenza del pepe.

Lonza al sale affumicato con salsa al vino e miele, pag. 24





Veneziana con salsa al caramello di ananas, pag. 24



Torta doppio cioccolato al pepe rosa, pag. 24

> *segue da pag. 16*

Sapori (e ritmo) in crescendo

Sulle note calde di un jazz in perfetto stile New Orleans i fanatici del pesce sperimentano l'autentica felicità assaggiando i trancetti di baccalà con pere e pancetta. Mentre i carnivori impenitenti trovano sicuro rifugio nell'arrosto di lonza al sale affumicato (nelle pagine precedenti): le fette rosate, morbide, sottilissime sono nappate con una riduzione di vino al miele e accompagnate con una dadolata di patate, topinambur e sedano rapa.

L'apoteosi delle golosità arriva a un soffio dalla mezzonotte, accompagnata dal sound frizzante di chitarra, tromba e contrabbasso. Torta al doppio cioccolato o veneziana con salsa al caramello? Difficile scegliere, meglio dividere le porzioni per raddoppiare l'assaggio e lasciare un piccolo spazio per l'ultima, felice trasgressione: torrone e croccante, acini di uva bianca e rosata da contendersi al momento del brindisi con gli amici e tutta la band. Auguri! *E.D.*

Piatto Sia. A sinistra: candelabro Viridea, piattino salsa IVV. Indirizzi a pagina 6

PÂTÉ DI TONNO ALL'ARANCIA

PER 8 PERSONE
300 g di tonno sott'olio ben sgocciolato - 1 cipolla - il succo e la scorza di 1/2 arancia non trattata - 1/2 cucchiaino di semi di finocchio - 50 g di cannellini lessati - 2 finocchi - 1 cucchiaio di capperi dissalati - 1 scorza di arancia candita - aceto bianco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Affettate finemente la cipolla, stufatela in padella con 2 cucchiai di olio, salandola e bagnandola durante la cottura con 2 cucchiai di aceto e il succo di arancia. Quando è tenera, aggiungete il tonno e i cannellini, fate insaporire per 2 minuti, pepate, aggiungete la scorza di arancia e trasferite nel bicchiere del mixer.
● **2** Lavorate l'impasto fino a renderlo liscio e omogeneo, aggiungete un filo di olio, regolate di sale e lasciate riposare in frigo per alcune ore. Lavate i finocchi, eliminate le guaine esterne, staccate le altre e servite il pâté in quelle più grosse, guarnendo con i capperi, la scorza candita a dadini e i semi di finocchio tostati in padella.

FACILE
● Preparazione 15 minuti + riposo ● Cottura 10 minuti ● 155 cal/porzione

CARAMELLE DI LENTICCHIE E COTECHINO

PER 8 PERSONE
8 fette di cotechino cotto - 1 pera o una pesca di mostarda - 4 fogli di pasta fillo - 1 tazza colma di lenticchie lessate - 1 albume - 1 fetta di pane a cassetta - 1 peperoncino verde piccante - 1 peperoncino verde dolce - 3 rametti di prezzemolo - aceto bianco - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Riducete il cotechino a bastoncini e la mostarda a dadini. Tagliate i fogli di pasta fillo in 32 quadrati. Mescolate l'albume con la forchetta. Mettete in un angolo di ogni quadrato di fillo un cucchiaino di lenticchie, un dadino di mostarda e un bastoncino di cotechino, spennellate con l'albume l'angolo opposto, arrotolate e chiudete a caramella.
● **2** Trasferite tutte le caramelle in una teglia rivestita con la carta da forno, spennellatele leggermente con l'olio e cuocetele nel forno caldo a 200° per 10-15 minuti o finché sono dorate.
● **3** Nel frattempo bagnate la mollica del pane con 2-3 cucchiai di aceto, 2 cucchiai di acqua, tritatela nel mixer con le foglie di prezzemolo e i 2 peperoncini. Aggiungete a filo 4 cucchiai di olio e regolate di sale, aceto e olio. Se la salsa è troppo densa, diluitela con un cucchiaio di acqua. Servite le caramelle calde con la salsa verde preparata.

FACILE
● Preparazione 25 minuti ● Cottura 10 minuti ● 330 cal/porzione

CANNELLONI AL RAGÙ BIANCO E TARTUFO NERO

PER 8 PERSONE
400 g di sfoglia all'uovo sottile - 400 g di carne di vitello macinata - 100 g di prosciutto in 2 fette - 200 g di champignon - 1/2 bicchiere di vino bianco - 1 lattuga - 1 mazzo di bietole da taglio - grana padano grattugiato - 1 tartufo nero da 30 g - 30 g di farina - 1/2 litro di latte - 2 spicchi di aglio - 1 cipolla - 1 costola di sedano - burro - olio extravergine d'oliva - noce moscata - sale - pepe

● **1** Tritate finemente la cipolla con il sedano, stufateli in un'ampia padella con 4 cucchiai di olio e salate. Quando sono trasparenti, unite il prosciutto tagliato a dadini e la carne e fatela rosolare sbriciolandola con un cucchiaio di legno. Regolate di sale, pepate, bagnate con il vino e lasciatelo evaporare.
● **2** Trasferite la carne in un piatto, versate nella padella 2 cucchiai di olio, unite uno spicchio di aglio con la buccia e i funghi puliti e affettati. Fateli insaporire, salateli e fate evaporare la loro acqua.
● **3** Lavate la lattuga e le bietole e tagliate tutto a striscioline. Saltatele in padella con poco olio e l'aglio rimasto; quando si sono sgonfiate, salatele, trasferitele nel bicchiere del mixer e tritatele grossolanamente con i funghi.
● **4** Aggiungete la carne, 3 cucchiai di grana, azionate brevemente il mixer e regolate di sale e di pepe. Preparate una besciamella con 30 g di burro, la farina e il latte. Condite con sale, pepe, noce moscata, 3 cucchiai di grana e una grattatina di tartufo. Tagliate la pasta in sfoglie di 9x8 cm. Lessatele per un minuto, scolatele, passatele in acqua fredda e appoggiatele su un telo.
● **5** Riempite ogni sfoglia con 2 cucchiai di ripieno, arrotolatela a cannolo e allineatela in una teglia unta con il burro. Nappate i cannelloni con la besciamella preparata, aggiungete qualche fiocchetto di burro e ultimate con il grana. Cuoceteli a teglia coperta a 180° per 30 minuti, scopriteli e fateli dorare a 200° per altri 10 minuti. Grattugiate il tartufo rimasto sui cannelloni appena sfornati, coprite, fate riposare per qualche minuto e servite.

MEDIA
● Preparazione 1 ora e 10 minuti + riposo ● Cottura 1 ora e 15 minuti ● 460 cal/porzione

La sfoglia è tutto. Non pressiamola.

Il grano migliore,
le uova più fresche

Essiccazione lentissima,
di oltre 24 ore

Sfoglia lavorata
senza pressatura meccanica

Impasto lento



Dice un antico proverbio: "anche la fretta vuole il suo tempo". Per questo, quando creiamo le nostre inimitabili specialità utilizziamo solo il grano migliore e le uova più fresche, lavoriamo la sfoglia delicatamente, senza pressatura meccanica e, in ultimo, la sottoponiamo a un'essiccazione lentissima, protratta per oltre 24 ore. Non solo: da oggi ci siamo impegnati a dare il meglio anche alla Terra. E abbiamo sottoscritto un accordo volontario con il Ministero dell'Ambiente finalizzato a ridurre le emissioni di CO_2 prodotte lungo tutta la filiera e durante le fasi di vita dei nostri prodotti, per combattere i terribili effetti dei gas serra sul clima del Pianeta.



MINISTERO DELL'AMBIENTE
E DELLA TUTELA DEL TERRITORIO E DEL MARE

ACCORDO VOLONTARIO CON IL
MINISTERO DELL'AMBIENTE
E DELLA TUTELA DEL TERRITORIO E DEL MARE

"Analisi dell'impronta di carbonio
nel ciclo di vita di prodotti del settore pastario."



La Signora delle Tagliatelle

www.lucianamosconi.com







TRANCETTI DI BACCALÀ CON PERE E PANCETTA IN SALSA ALL'ARANCIA

PER 4 PERSONE
1,2 kg di baccalà già ammollato - 4 pere - 160 g di pancetta a fette sottili - 1 bicchiere di vino bianco - 1 bicchiere di succo di arancia - qualche rametto di rosmarino - 40 g di burro - pepe nero

● **1** Lavate il baccalà, diliscatelo con una pinzetta e dividetelo in 8 tranci. Sciacquate le pere, eliminate i semi e tagliatele a fette spesse un cm. Fate sciogliere il burro in una padella antiaderente con un rametto di rosmarino e rosolate i tranci di pesce da entrambe le parti, poi bagnate con il vino ed eliminate il rosmarino.
● **2** Togliete dalla padella il baccalà e fate rosolare nella sua salsa le fettine di pera. Prelevatene 8 e mettete le altre in caldo. Adagiate su ogni trancetto una fettina di pera e avvolgetelo con una fetta di pancetta. Mettete i trancetti su una teglia e passate in forno a 180° per 10 minuti per terminare la cottura.
● **3** Nel frattempo, nella stessa padella in cui avete rosolato il pesce e le pere, versate il succo d'arancia e fatelo restringere alla metà del suo volume. Servite i trancetti di baccalà con le fettine di pera tenute da parte e completate con la salsa all'arancia. Decorate ogni piatto con un rametto di rosmarino e una macinata di pepe.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 30 minuti** ● **275 cal/porzione**

Ricetta di Simone Ranucci: curioso e versatile, dopo un robusto tirocinio internazionale, è approdato nella cucina del ristorante Dicocibo di Milano

LONZA AL SALE AFFUMICATO CON SALSA AL VINO E MIELE

PER 8 PERSONE
1 kg di lonza - 2 spicchi di aglio - rosmarino - 1 cucchiaino di bacche di ginepro - 5 dl di vino rosso - 2 cucchiai di miele - brodo vegetale - olio extravergine d'oliva - sale affumicato grosso - sale - pepe

● **1** Sfregate la lonza con mezzo cucchiaino di pepe macinato, il sale affumicato e l'aglio pestato. Avvolgetela nella pellicola e lasciatela riposare al fresco per un'ora. Pulite la superficie della carne con la carta da cucina e rosolatela con qualche cucchiaio di olio in una casseruola che possa andare in forno per 5-6 minuti, sigillandola su tutti i lati.
● **2** Staccate il fondo di cottura con una spruzzata di vino rosso e mezzo mestolo di brodo vegetale e infornate a 90° per 1 ora e 45 minuti.
● **3** Nel frattempo fate ridurre sul fuoco il vino rimasto alla metà con un cucchiaio di aghi di rosmarino e le bacche di ginepro. Filtrate, rimettete sul fuoco con il miele, una presa di sale e riducete a una consistenza sciropposa.
● **4** Quando la carne è pronta, abbassate la temperatura del forno a 60° fino al momento di affettarla e servitela con il suo fondo di cottura filtrato e la riduzione di vino.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti + riposo** ● **Cottura 1 ora e 50 minuti** ● **170 cal/porzione**

TORTA DOPPIO CIOCCOLATO AL PEPE ROSA

PER 10 PERSONE
350 g di cioccolato fondente al 70% - 200 g di burro - 200 g di zucchero - 6 uova - 60 g di farina - 1 cucchiaio raso di pepe rosa secco
per la salsa: 50 g di cioccolato fondente - 1,2 dl di panna fresca

● **1** Preparate la torta. Spezzettate il cioccolato e scioglietelo a bagnomaria oppure in forno a 60°. Montate burro e zucchero con le fruste elettriche fino a renderlo soffice e spumoso, incorporate le uova uno alla volta alternandole alla farina. Schiacciate il pepe rosa in un setaccio, scartate i semi rimasti nel setaccio e recuperate la buccia ridotta a polvere, poi aggiungetela alla preparazione e unite anche il cioccolato intiepidito.
● **2** Versate la preparazione in uno stampo di 20 cm di diametro rivestito con la carta da forno. Cuocete la torta a bagnomaria a 150° per un'ora e 30 minuti nel forno statico, togliete lo stampo dal bagnomaria e rimettetelo in cottura per 15 minuti nella parte bassa del forno. Lasciate raffreddare la torta per almeno 6 ore (meglio un giorno) prima di servirla.
● **3** Per la salsa di accompagnamento spezzettate il cioccolato fondente, portate a ebollizione la panna, versatela sul cioccolato, coprite e lasciate fondere per 5 minuti fuori dal fuoco. Mescolate quindi il cioccolato dal centro del recipiente verso l'esterno con una spatola incorporando la panna fino a ottenere una salsa liscia e omogenea. Mantenetela tiepida fino al momento di servirla sopra la torta.

FACILE
● **Preparazione 40 minuti + riposo** ● **Cottura 1 ora e 50 minuti** ● **595 cal/porzione**

VENEZIANA CON SALSA AL CARAMELLO DI ANANAS

PER 8 PERSONE
1 veneziana normale o a cassetta - 50 g di zucchero semolato - 1 dl di succo di ananas fresco - 1/2 dl di panna fresca - 80 g di burro - 1/2 ananas pulito - zucchero a velo

● **1** Per essiccare l'ananas affettatelo molto finemente. Allineate le fette in una teglia rivestita con la carta da forno, cospargete con lo zucchero a velo e ponete nel forno ventilato a 80° per un'ora. Staccate le fette, giratele, spolverizzatele nuovamente di zucchero e rimettete in forno a fino a completa essiccazione. Conservatele in una scatola di latta.
● **2** Preparate un caramello cuocendo lo zucchero semolato con 6 cucchiai di acqua; quando prende colore, aggiungete il succo di ananas e la panna, fuori dal fuoco. Rimettete la casseruola su fiamma dolce e mescolate finché il caramello si è sciolto completamente.
● **3** Aggiungete il burro a pezzetti, mescolando continuamente fino a ottenere una crema liscia. Servitela con la veneziana tagliata a fette e guarnitela con l'ananas essiccato.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 1 ora e 15 minuti** ● **395 cal/porzione**

ROSARIA DA BERE.





Dalla spremitura dei migliori agrumi siciliani nascono 100% Spremute Rosaria, trasformate e confezionate direttamente dall'Organizzazione Produttori Rosaria che controlla tutte le fasi produttive. Le spremute premium Rosaria sono un dissetante naturale, gustoso e ricco di vitamine e sali minerali, perfette per fare un pieno di energia e benessere!

Finanziato con i contributi della Comunità Europea - Regg.CE 1234/2007 - 543/2011
Programma Operativo 2009/2013 - Progetto Esecutivo 2012 - AFN

Rosaria®
www.aranciarosaria.eu

Bacche e pigne del bosco

UN'ALZATINA DI FIORI E FRUTTI CON I COLORI AVVOLGENTI E FESTOSI DELLA PINETA DI MONTAGNA

a cura di Barbara Roncarolo, realizzazione di Antonella Pavanello, foto di Francesca Moscheni



1



2



3



PREPARAZIONE ED ESECUZIONE

occorrente: 1 alzatina bianca di 22 cm di diametro - 1 spugna per fioristi (oasis) rotonda del diametro di 19 cm - 6/8 ranuncoli bianchi - 4 rami di viburnum rosso - 4 rami di edera con le bacche - 2 rami di asparagus - 20 pigne piccole

● **1** Riempite di acqua fredda un catino o il lavandino e appoggiatevi la spugna per fioristi, lasciando che affondi da sola fino a impregnarsi perfettamente d'acqua. Scolate la spugna, asciugate la base con carta assorbente da cucina, sgocciolatela e appoggiatela sull'alzatina.
● **2** Iniziate la composizione, posizionando i ranuncoli nella parte centrale della spugna e circondateli di bacche di viburnum e di bacche di edera; riempite gli spazi con qualche ciuffo di asparagus e completate la composizione, alternando fiori, bacche e verde secondo le diverse altezze e i diversi colori.
● **3** Rifinite la composizione, appoggiando alcune piccole pigne sui bordi dell'alzatina e al centro della composizione

Il Gran Riserva è un riso unico al mondo, frutto dell'esperienza di sei generazioni.
Prodotto in quantità limitata, sottoposto a una selezione severissima: solo il 20% del riso grezzo diventa Gran Riserva.
Si semina a densità ridotta, e vengono raccolte solo le spighe nate nel "cuore della risaia".
Grazie ad una perfetta calibrazione dei chicchi il Gran Riserva mantiene la cottura in modo estremamene omogeneo.
Disponibile nell'elegante astuccio da 1 Kg, nella confezione regalo in latta da 1 Kg, nel raffinato sacchetto ricamato da 2 Kg e nella valigetta da 5 Kg in esclusiva per i migliori ristoranti.
Il Gran Riserva è acquistabile anche sul sito

www.risogallo.it







Riso Gallo. Chicchiricchi di fantasia.

Gran Riserva

Maturato **1** anno





Lasagne gourmand

SEI STREPITOSE RICETTE DA PORTARE IN TAVOLA NEI GIORNI DI FESTA. REALIZZATE CON SOTTILI SFOGLIE DI PASTA ALL'UOVO E FARCE GOLOSE

a cura di Mariateresa Carlucci, ricette di Paola Volpari, foto di Luca Colombo/Studio XL, stylist Sissi Valassina e Barbara Mantovani, scelta dei vini Sandro Sangiorgi



Timballini al salmone, pag 36

Tovaglia e runner Ivano Redaelli, vassoio e paletta Galleria Luisa delle Piane. Nella pagina accanto: tovaglia e tovagliolo Society, piatto Richard Ginori. Indirizzi a pag. 6

Terrinette al ragù con carciofi, pag 36

Tovaglia Zara Home, tovagliolo Society, piatto Bitossi Home. Nella pagina accanto: Piatto Villeroy & Boch, tovaglia Quagliotti. Indirizzi a pag. 6

Sfoglie al piatto con i gamberi, pag 36



Lasagne ai funghi, scamorza e speck e crema di cannellini,

pag 37

BERE GIUSTO
La scelta del vino dipende dalla farcitura delle lasagne. Per cui potete servire i timballini al salmone con un Pinot Bianco altoatesino, le terrinette ai carciofi con il Vermentino di Sardegna, le sfoglie ai gamberi con la Malvasia del Carso, le lasagne ai funghi con un Chianti Rufina, la teglia al radicchio con un Torrette della Valle d'Aosta, le millefoglie al cotechino con un Lambrusco di Modena.

Tovaglia tessuto Rubelli, tovagliolo Zara Home, piatti Abito Qui, calice Villeroy & Boch. Indirizzi a pag. 6

Teglia con radicchio al lardo, castelmagno e aceto balsamico,
pag 37



Millefoglie con cotechino e crema di lenticchie rosse, pag 37



TIMBALLINI AL SALMONE

PER 4 PERSONE
300 g di pasta fresca all'uovo - 250 g di salmone affumicato a fette - 400 g di ricotta - 400 g di spinaci novelli - maggiorana - 150 ml di panna fresca - burro - 2 cucchiai d'olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Lavate gli spinaci e fateli cuocere per 2 minuti in un tegame con 20 g di burro; salate e pepate. Ricavate dalla pasta 20 dischi di 10 cm con un coppapasta e fateli scottare per 1 minuto in acqua bollente salata a cui avrete aggiunto l'olio, scolateli e appoggiateli su un canovaccio umido.
● **2** Mescolate la ricotta in una ciotola con sale e pepe e poi, poco alla volta, incorporate la panna montata. Fate fondere 50 g di burro in una casseruolina con alcune foglioline di maggiorana, sale e pepe e con questo spennellate i dischi di pasta.
● **3** Appoggiate il coppapasta con il quale avete tagliato la pasta su una placca foderata con carta da forno imburrata, sistemate sul fondo un disco di pasta, quindi uno strato di ricotta, un altro disco di pasta, uno strato di spinaci, uno di pasta, uno di salmone poi ancora pasta e ricotta e infine terminate con il quinto disco di pasta.
● **4** Completate il timballino mettendo in cima un ciuffetto di ricotta, un poco di spinaci e di salmone. Quindi sfilate delicatamente il coppapasta e preparate allo stesso modo altri 3 timballini con i restanti ingredienti.
● **5** Mettete la placca in forno a 220° e cuocete i timballini per circa 7-8 minuti. Infine, molto delicatamente e aiutandovi con una paletta da lasagna, spostate i timballini sui piatti individuali riscaldati a bagnomaria e servite subito.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 15 minuti** ● **670 cal/porzione**

TERRINETTE AL RAGÙ CON CARCIOFI

PER 4 PERSONE
250 g di lasagne all'uovo fresche - 500 g di fesa di vitello tritata - 4 carciofi - 150 g di verdure miste surgelate per soffritto - 80 g di grana padano grattugiato - 200 ml di panna fresca - 1 foglia d'alloro - 1 dl di Marsala secco - 1 limone non trattato - noce moscata - prezzemolo - burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Fate appassire bene le verdure per soffritto in un tegame con 20 g di burro e l'alloro; unite la carne di vitello, sgranatela bene con la forchetta e lasciatela rosolare per qualche istante. Sfumate con il Marsala, versate 4 dl d'acqua calda, salate, pepate, coprite e cuocete a fuoco basso per 45 minuti.
● **2** Pulite i carciofi, tagliateli a metà, eliminate il fieno, riduceteli a fettine e metteteli in acqua acidulata con il succo di limone. Scolateli e fateli saltare in una padella con 2 cucchiai d'olio, sale e pepe per 4-5 minuti; rifinite con 2 cucchiai di prezzemolo tritato. Mescolate il grana in una ciotola con la panna, una presa di sale e una grattatina di noce moscata. Scottate la pasta in abbondante acqua bollente salata a cui avrete aggiunto 2 cucchiai d'olio, scolatela delicatamente e sistematela su un canovaccio umido.
● **3** Imburrate 4 terrine di 10x14 cm circa e sistemate sul fondo di ognuna una lasagna ritagliata nella misura giusta; distribuitevi sopra un po' di ragù, un velo di crema di grana e panna e un poco di carciofi e proseguite in questo modo fino a esaurire gli ingredienti. Mettete le terrine in forno a 200° e cuocete le lasagne per 10-12 minuti. Servitele nei recipienti di cottura.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 1 ora e 25 minuti** ● **605 cal/porzione**





SFOGLIE AL PIATTO CON I GAMBERI

PER 4 PERSONE
4 rettangoli di pasta fresca all'uovo di 15x30 cm (circa 250 g) - 700 g di code di gamberi o mazzancolle - 50 g di farina - 2 dl di latte - 200 ml di panna fresca - 1 cucchiaio di curry - erba cipollina - 1 spicchio d'aglio - 80 g di burro - 2 cucchiai d'olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Sgusciate i crostacei, apriteli a metà lungo il dorso ed eliminate il budellino nero; metteteli uno alla volta tra 2 pezzi di pellicola trasparente e appiattiteli leggermente con un batticarne.
● **2** Fate fondere 40 g di burro in una casseruolina, unitevi la farina setacciata con il curry, mescolate bene poi, fuori dal fuoco e sempre mescolando, aggiungete il latte e la panna caldi, mettete di nuovo il recipiente sul fuoco e, sempre mescolando con una frusta, cuocete la besciamella fino a quando si sarà addensata. Salate e pepate.
● **3** Mettete 20 g di burro in una padella e fatelo fondere; unite l'aglio sbucciato tagliato a metà e i gamberi e lasciateli rosolare sui due lati per pochi istanti. Salate, pepate e togliete dal fuoco.
● **4** Cuocete i rettangoli di pasta in abbondante acqua bollente salata a cui avrete aggiunto l'olio, scolate le lunghe lasagne e appoggiatele sopra un canovaccio umido. Sistematene una su una placca foderata con carta da forno imburrata, piegatela più volte su se stessa a fisarmonica e farcitela in ogni piega con la besciamella e i gamberi, quindi ripetete le stesse operazioni con le altre 3 lasagne. Spennellate ogni porzione preparata con un po' del burro rimasto fuso e cuocete le lasagne in forno a 220° per 7-8 minuti. Trasferitele con delicatezza sui piatti individuali e rifinitele con erba cipollina tagliuzzata.

FACILE
● **Preparazione 35 minuti** ● **Cottura 25 minuti** ● **630 cal/porzione**

LASAGNE AI FUNGHI, SCAMORZA E SPECK CON CREMA DI CANNELLINI

PER 4 PERSONE
250 g di lasagne fresche all'uovo - 800 g di funghi misti (porcini, finferli, champignon) - 250 g di scamorza affumicata - 2 scalogni - 200 ml di vino bianco secco - 200 g di speck - 300 g di cannellini cotti - 2 foglie d'alloro - 1 ciuffetto di timo - brodo vegetale - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Sbucciate gli scalogni, tritateli e soffriggeteli in una padella con 2 cucchiai d'olio; unite i funghi puliti e tagliati a tocchetti e fateli saltare, sfumateli con il vino, salate, pepate, aggiungete 2 rametti di timo, abbassate la fiamma e proseguite la cottura per 15-20 minuti (dipende dai funghi).
● **2** Mettete i fagioli in una casseruola con 2 dl circa di brodo, le foglie d'alloro e poco sale; portate a ebollizione e fate sobbollire per 10 minuti. Eliminate l'alloro e frullate i fagioli in modo da ottenere una crema morbida. Rosolate lo speck in una padella antiaderente senza condimento e grattugiate grossolanamente la scamorza.
● **3** Lessate la pasta in acqua bollente salata a cui avrete aggiunto 2 cucchiai d'olio, scolatela e sistematela su un telo umido. Fate uno strato di pasta sul fondo di una pirofila unta d'olio, condite con qualche cucchiaio di ragù di funghi e distribuitevi sopra un po' di scamorza e un po' di speck; continuate alternando strati di lasagne, ragù, scamorza e speck, terminando con scamorza, speck e un filo d'olio.
● **4** Mettete la pirofila in forno a 200°, cuocete le lasagne per circa 30 minuti e toglietele dal forno. Scaldate la crema di cannellini, suddividetela sul fondo dei piatti, cospargetela con una macinata abbondante di pepe e un filo d'olio, sistematevi sopra le lasagne tagliate a fette e servite subito.

FACILE
● **Preparazione 40 minuti** ● **Cottura 1 ora** ● **655 cal/porzione**





TEGLIA CON RADICCHIO AL LARDO, CASTELMAGNO E ACETO BALSAMICO

PER 6 PERSONE
250 g di lasagne secche all'uovo - 1 kg di radicchio trevigiano - 200 g di lardo di Arnad - rosmarino - 500 ml di latte - 80 g di castelmagno - 125 ml di aceto balsamico - 2 cucchiaini di miele - 1 cucchiaio di zucchero - 3 chiodi di garofano - 2 pezzetti di stecca di cannella - 3 bacche di ginepro - 40 g di farina - 60 di di burro - 2 cucchiai d'olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Pulite i cespi di radicchio, tagliateli a spicchi, grigliateli pochi minuti per parte, riduceteli a listarelle e mettetele in una ciotola. Tritate grossolanamente il lardo con un po' di rosmarino e fatelo rosolare per pochi istanti in un tegame antiaderente senza condimento; unitelo al radicchio, salate, pepate e mescolate.
● **2** Mettete l'aceto balsamico in una casseruolina con il miele, i chiodi di garofano, la cannella, lo zucchero e le bacche di ginepro schiacciate e fatelo ridurre della metà, a fuoco basso (ci vorranno circa 10-15 minuti).
● **3** Fate fondere 50 g di burro in una casseruolina, incorporate la farina, diluite con il latte caldo e, sempre mescolando con una frusta, cuocete la besciamella finché si sarà addensata. Unite 40 g di castelmagno grattugiato, regolate di sale, pepate e mescolate.
● **4** Lessate le lasagne in abbondante acqua bollente salata a cui avrete aggiunto l'olio, scolatele e stendetele su un canovaccio umido. Sistemate le lasagne a strati in una pirofila unta con il burro rimasto, alternandole con il radicchio, il castelmagno grattugiato e la besciamella fino a esaurire tutti gli ingredienti e cuocetele in forno a 200° per 30 minuti. Servite le lasagne a tranci con la riduzione di aceto balsamico.

FACILE
● **Preparazione 50 minuti** ● **Cottura 30 minuti** ● **675 cal/porzione**

MILLEFOGLIE CON COTECHINO E CREMA DI LENTICCHIE ROSSE

PER 6 PERSONE
18 lasagne secche all'uovo - 1 cotechino precotto di 500 g - 150 g di lenticchie rosse decorticate - 150 g di verdure miste surgelate per soffritto - 50 ml di vino bianco secco - brodo vegetale - 600 ml di besciamella - 15 g di burro - grana padano - salvia - 1 scalogno - 2 chiodi di garofano - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Fate appassire le verdure per il soffritto in una casseruola con il burro e i chiodi di garofano; sfumate con il vino e cuocete per 15 minuti unendo ogni tanto un po' di brodo caldo. Unite il cotechino preparato come indicato sulla confezione, fatto intiepidire, spellato tagliato a dadini, regolate di sale, pepate e cuocete per 5-7 minuti.
● **2** Soffriggete lo scalogno tritato in un tegame con 2 cucchiai d'olio e qualche foglia di salvia, unite le lenticchie e 5 dl di brodo caldo, portate a ebollizione e fate sobbollire per 20 minuti. Quindi mescolate bene metà delle lenticchie con la besciamella.
● **3** Fate cuocere le lasagne in acqua bollente salata a cui avrete aggiunto 2 cucchiai d'olio, scolatele e mettetele su un telo umido. Sistemate una lasagna su una placca foderata con carta da forno unta d'olio, distribuitevi sopra uno strato di besciamella e un po' di ragù di cotechino, appoggiate sopra questi un'altra lasagna, fate un altro strato di ragù e besciamella e completate con un'altra lasagna, un poco di ragù e di besciamella.
● **4** Ripetete le stesse operazioni con i restanti ingredienti in modo da ottenere altre 5 porzioni, quindi cuocete in forno a 220° per 7-8 minuti. Rifinite le millefoglie con scagliette di grana e servitele con le rimanenti lenticchie scaldate con un po' di brodo.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 1 ora** ● **765 cal/porzione**





"Cosa c'è stasera di secondo?" "Sorpresa, Nonno Nanni!"

Lo sapevate che una porzione
di Stracchino Nonno Nanni
nutre come un ottimo secondo piatto?

E che non
occorre cucinarlo, basta aprire la confezione,
metterci intorno una bella insalata,
due pomodori ed è pronto?

E che in quanto a gusto e genuinità
è ben difficile da battere?

Bene, ora lo sapete.



Il nonno più buono che c'è.

nonnonanni.it

BUONE LETTURE

SCELTE CON PASSIONE PER ESSERE DIVORATE

di Francesca Tagliabue

IL LIBRO DEL MESE

Adatto a chi è alle prime armi, perfetto anche per i cuochi più esperti, il volume insegna a cucinare alla Gordon Ramsey. Arriva infatti dal pluristellato chef inglese, star seguitissima della food tv internazionale, una nuova raccolta di idee, trucchi, suggerimenti e, naturalmente, 120 ricette, spiegate passo per passo, per ottimizzare alla grande tempo e sapori. I più esperti apprezzeranno il capitolo sulle tavole delle grandi occasioni.

IN CUCINA CON GORDON RAMSEY
Sperling &Kupfer Edizioni, a 18,50 €



"...non mi aspetto che passiate ore e ore a lavorare una portata perché sembri perfetta alla vista e al palato. Vi aiuterò invece a diventare dei cuochi migliori"

Gordon Ramsey, dall'introduzione al volume

DIVERSAMENTE COTTO
di Tommaso Fara, Gribaudo Editore, 28 €

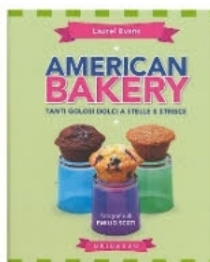


Ovvero come sorprendere gli ospiti preparando piatti succulenti con un'intera selezione di utensili che vanno dai più comuni wok e tajine ai più insoliti come il cappello tataro, che griglia senza grassi piccoli pezzi di carne o verdura e raccoglie i succhi di cottura nel bordo, dove si mescolano a brodo magro per poi essere consumati come consommè. Il libro li illustra tutti con foto, aneddoti e, naturalmente, invitanti proposte culinarie. Piacerà in particolare a curiosi e gourmet e cuochi dallo spirito avventuroso.



ANFORCHETTABOL - I COMICI
di Antonio Marchello Electa, Trenta Editore, 22 €

Arriva il II° volume della collana 'Anforchettabol, alla Ricerca del Piatto Perduto' che questa volta vede intervistati comici e cabarettisti italiani che parlano - e fanno ridere e sorridere - della loro memoria gustativa. È ancora il personal chef Antonio Marchello, dopo il primo volume dedicato ai cuochi, a raccogliere in un libro le loro esperienze di vita vissuta attraverso sapori e cibi, raccontate con una battuta e un sorriso.



AMERICAN BAKERY
di Laurel Evans, Gribaudo Ed., 16,90 €

Dolcezze a stelle e strisce. Cookies, muffins, crumble, banana bread, cinnamon rolls: sono solo alcuni dei grandi classici made in USA raccolti in questo volume. L'americana Laurel Evans, scrittrice e food blogger, svela i segreti per conoscere e preparare i dolci americani più tradizionali.



RICETTE DI SPIE
di Antonella Colonna Vilasi, e-book, 0,99 €

L'autrice, esperta nelle tematiche di intelligence, esordisce come scrittrice di gastronomia. Ipotetiche spie di vari paesi, dalla Cina a Israele, dal Giappone all'India e all'Arabia Saudita indicano la loro ricetta preferita. Completa di vino.

OMICIDIO IN BIBLIOTECA
di Felicia Carparelli, Gargoyle Ed., 12,90 €

A un ricevimento, Violetta porta i kourabiedes, biscotti al burro e chiodi di garofano cui è stato aggiunto arsenico, causa della morte del bibliotecario. È Violetta, con il suo amore per cibo e cucina, l'assassina? L'insolito giallo con enigma si legge bene e offre in appendice le ricette di piatti greci come i suddetti biscotti (senza arsenico), la zuppa avgolemono e il burro al miele.

In cucina con Claudio

SADLER, IL FAMOSO CHEF PLURISTELLATO, PREPARA PER NOI DUE PIATTI DI SICURO SUCCESSO

di Miriam Ferrari, foto di Michele Tabozzi

Garganelli con ragù di salsiccia
pag. 44

Ricerca, tecnologia e tradizione, ma soprattutto grande attenzione alla qualità della materia prima, sono i punti cardine a cui si ispira la cucina di Claudio, ricca di stimoli e di elaborazioni di alto livello, ma anche di piatti semplici e creativi. Per noi propone due ricette che non richiedono particolare esperienza, per essere in sintonia con tutti i nostri lettori, arricchendole, nella preparazione e nella presentazione, con sapienti tocchi da chef. E mentre trita, spadella e informa si racconta, comunicando il suo carattere vulcanico e il suo inesauribile entusiasmo per una cucina rigorosa ma creativa. Una dote che l'ha portato a diventare, da semplice insegnante nelle scuole alberghiere a una figura di spicco nel panorama della cucina italiana, con il riconoscimento di due stelle Michelin, ma anche di quella internazionale.

SAPORI SENZA CONFINI

Claudio Sadler è uno dei fondatori in Italia dell'Associazione Jeunes Restaurateurs d'Europe, e il suo ristorante è inserito nella prestigiosa guida "Le Soste". Dopo anni di brillante carriera nei mitici locali sui Navigli milanesi, che gli hanno valso le stelle Michelin, nel 2007 il ristorante Sadler si trasferisce in via Ascanio Sforza, affiancato dalla più informale trattoria moderna Chic'n Quick.
Nel 2008 Claudio apre un ristorante a Pechino, contribuendo così a diffondere la cultura del cibo italiano anche in Oriente. Da anni porta il suo nome un servizio di banqueting, dove è evidente lo stile Sadler, raffinato e rigoroso.
www.sadler.it




1


2


3


4

GARGANELLI CON RAGÙ DI SALSICCIA

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

600 g di garganelli all'uovo - 1 cotechino cremonese di circa 500 g - 1/2 cespo di lattuga - 1/2 scalogno - 150 g di lenticchie di Castelluccio - 1 piccola testa di aglio - 1 foglia di alloro - 30 g di prezzemolo - curry in polvere - 50 g di parmigiano reggiano grattugiato - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Bucherellate il cotechino, mettetelo in una casseruola, copritelo di acqua fredda, portate a ebollizione e lasciate sobbollire per circa 3 ore, schiumando spesso per eliminare parte del grasso. A fine cottura lasciatelo raffreddare nella sua acqua, poi scolatelo, eliminate la pelle, sgranatelo e tritatelo.

● **2** Raccogliete le lenticchie in un'altra casseruola (non è necessario ammollarle prima in acqua), copritele di acqua fredda leggermente salata, unite l'alloro e l'aglio in camicia, ossia non sbucciato, profumatele con un cucchiaio di curry e cuocetele per 20-25 minuti. Toglietele dal fuoco e mantenetele nella loro acqua di cottura. Pulite la lattuga, lavatela, asciugatela e tagliatela a pezzetti. Tritate lo scalogno e fatelo soffriggere in una padella con 2-3 cucchiai di olio e poca acqua per evitare che colorisca troppo, unite la lattuga, mescolate e lasciatela stufare a fuoco basso finché si è ammorbidita; regolate di sale, poi aggiungete le lenticchie.

● **3** Mescolate bene con un cucchiaio di legno, cuocete per qualche minuto, quindi unite il cotechino tritato, mescolate ancora e continuate la cottura per una decina di minuti.

● **4** Intanto mettete sul fuoco la pentola della pasta con abbondante acqua e portate a ebollizione; salate e cuocete i garganelli; mentre la pasta cuoce unite qualche cucchiaio dell'acqua di cottura al ragù di lenticchie e cotechino per ammorbidirlo.

● **5** Scolate i garganelli, saltateli nella padella con il ragù, profumate con un pizzico di curry, cospargete con il parmigiano e il prezzemolo tritato, amalgamate e servite.


5


1


2




3


5


7


4


6


8

TORTINO DI SCAMPI, CARCIOFI E PATATE

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
2 kg di scampi - 800 g di patate - 8 carciofi - 200 g di panna - 2 spicchi d'aglio - 2 scalogni - 300 g di pomodorini - 1 mazzetto di basilico e dragoncello - 1 carota - 1 costa di sedano - 150 g di burro chiarificato - 1 limone - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Tagliate metà delle patate a fettine sottilissime e con un coppapasta ricavatene tanti dischetti di circa 3 cm.
● **2** Scottateli in acqua bollente per pochi istanti, fateli raffreddare in acqua e ghiaccio, asciugateli, sistemateli su una placca foderata con carta da forno, formando delle rosette, e spennellatele con il burro chiarificato. Passatele in forno a 160° per circa 15 minuti. Alla fine scolate bene il burro, salatele e conservatele al caldo.
● **3** Sgusciate gli scampi. Fate soffriggere gli scalogni, la carota e il sedano a fettine e gli spicchi d'aglio in un tegame con 2-3 cucchiai di olio, unite i pomodorini, il basilico, il dragoncello e i gusci degli scampi. Coprite con ghiaccio, per mantenere vivo il colore delle verdure, portate a ebollizione e cuocete per 20 minuti.
● **4** Passate al passaverdura, raccogliete la salsa in una casseruola e fatela ridurre sul fuoco. Pulite i carciofi scavando la parte interna con uno scavino per eliminare l'eventuale fieno; spruzzateli man mano di succo di limone e tagliateli a fettine. Fateli stufare in una padella con poco olio e un mestolino di acqua calda; salateli e spruzzate con qualche goccia di succo di limone. Teneteli in caldo.
● **5** Lessate le rimanenti patate tagliate a tocchetti aggiungendo all'acqua la panna, salatele, frullatele e passatele al colino a maglie fini. Versate la crema nel sifone caricato con le apposite bombolette e nell'attesa tenetelo in un bagnomaria caldo. Se non avete il sifone montate la crema di patate con il minipimer e tenetela in caldo.
● **6** Cuocete a vapore le code di scampi. In un anello di metallo di 10-12 cm, posto su un piatto, fate prima uno strato di carciofi e coprite con 3-4 code di scampi.
● **7** Distribuite sulla superficie la spuma di patate e completate con una rosetta di patate dorate. Preparate allo stesso modo altri 7 tortini e sfilate gli anelli; scaldate la salsa, distribuitene un filo intorno ai tortini e servite accompagnando con la restante salsa in una salsiera.

Crostacei

Sottopiatto Linea Sette,
tessuto Dedar.
Indirizzi a pagina 6



HANNO CHELE, ANTENNE, GUSCI DALLE FORME FANTASIOSE CHE RACCHIUDONO POLPE PRELIBATE. ALLA SCOPERTA DI ASTICI, GAMBERI, GRANSEOLE, SCAMPI E TUTTI GLI ALTRI PROTAGONISTI DI UNA RICERCATA CUCINA

a cura di Francesca Romana Mezzadri, testi di Mariarosa Schiaffino, foto di Adriano Brusaferri, ricette di Alessandra Avallone, styling di Alessandro Pasinelli Studio, scelta dei vini di Sandro Sangiorgi

Carapace è parola poco frequente, ma non si riferisce a un qualche ingrediente raro o esotico, come si potrebbe pensare. Indica invece il guscio, lo scudo dorsale di quelle strane creature acquatiche che sono i crostacei.
Come ci informano le enciclopedie, sono proprio i carapaci a distinguere le diverse varietà una dall'altra.
L'aragosta, con quelle cinque coppie di zampe snodate come dita dalle unghie appuntite, le due antenne lunghissime e una pinna a ventaglio in fondo alla coda, è la più spettacolare del gruppo insieme all'astice, superbo nel suo colore scuro e lucente e dalle enormi chele a pinza.
Davvero regali anche per le dimensioni (che possono raggiungere i 50-60 cm), insieme a gambero, scampo e mazzancolla appartengono alla famiglia dei Macruri, mentre i Brachiuri, come il granchio e la granseola, hanno corpo arrotondato privo di coda. Infine, degli Stomatopodi fa parte, fra gli altri, la canocchia madreperlata, riconoscibile per due robuste appendici della bocca che le servono per catturare le prede.
Nasse o reti a strascico li catturano, secondo le varietà, nei fondali vicini al litorale o su quelli rocciosi, nei nostri mari come negli oceani, qualcuno anche in acque dolci. In ogni caso, sono da sempre ricercatissimi.

> segue a pag. 48



MINI TERRINE DI GRANSEOLE ALLE SPUGNOLE

PER 6 PERSONE
2 granseole medie (oppure, 320 g di polpa di granchio in scatola) - 6 uova - 6 dl di panna fresca - 1 dl di latte - 1 ciuffo di aneto - 1 mazzetto di erba cipollina - 15 g di funghi secchi (spugnole o porcini) - 1 bicchierino di vino bianco - 1/2 cucchiaio di succo di limone - burro - olio extravergine d'oliva - sale, pepe

● **1** Lessate le granseole in acqua bollente salata per 12 minuti. Fatele raffreddare, poi apritele e pulitele raccogliendo in una terrina la polpa chiara e in un'altra il corallo arancione. Sbattete le uova con 4 dl di panna, il latte, sale, pepe, 1 cucchiaio di erba cipollina e 1 di aneto tritati. Incorporate la polpa delle granseole e metà del corallo.
● **2** Imburrate 6 stampini rettangolari di circa 8x5 cm. Versatevi il composto e cuocete a bagnomaria per 25 minuti nel forno già caldo a 180°.
● **3** Fate rinvenire i funghi in acqua tiepida. Scolateli e strizzateli, tagliateli a tocchetti e saltateli in padella con 1 noce di burro. Bagnateli con il vino bianco, aggiungete la panna rimasta e fate ridurre per 3 minuti la salsa, infine regolate di sale e di pepe.
● **4** Emulsionate il corallo tenuto da parte con 3 cucchiai di olio, il succo di limone, sale e pepe. Sformate e servite le mini terrine accompagnando con le salse di funghi e corallo.

FACILE
● Preparazione 40 minuti ● Cottura 45 minuti ● 480 cal/porzione

> segue da pag. 47

Le definizioni non servono a distinguere quali delizie si nascondano nei gusci. Per raggiungerle, bisogna staccare, aprire, rompere, spezzare… ed ecco le polpe sode dal gusto più delicato o salino, che in cottura assumono varie sfumature di rosso, qualunque sia la tonalità del crostaceo crudo.

Morbidi tesori da conquistare

Per forzare le corazze, esistono strumenti specifici, che è possibile disporre in tavola fra le posate individuali. Rompichele ed "esattori" (così si chiamano le lunghe e sottili forchettine per recuperare i filetti più fini) possono costituire una prova ardua da affrontare. Meglio allora, soprattutto nelle occasioni più formali, scegliere ricette che non prevedano troppe manovre di "scassinamento". In una tavola più disinvolta, invece, può essere divertente cercare di avere ragione di zampe e chele, anche con attrezzi improvvisati, come schiaccianoci e spiedini. E di fronte alle corazze più resistenti, si può persino succhiare direttamente la polpa, vera prelibatezza, per una volta in barba al galateo! Gamberi e gamberetti sono le specie più amate e facili da sgusciare. Per rendere i crostacei più disponibili, in pescheria si trovano soluzioni fresche pronte all'uso, mentre tra i surgelati l'offerta è ampia, per tutti i gusti.

> segue a pag. 53

Piatto Linea Sette, ciotolina Tognana, bicchiere Bormioli, tovagliolo in vendita da La Rinascente, tessuto C&C Milano. Nella pagina accanto, vassoio e ciotoline Linea Sette, cucchiaino Sambonet, tessuto C&C Milano. Indirizzi a pagina 6

ASTICE IN SALSA CREMOSA ALLO ZENZERO E GREMOLATA

PER 6 PERSONE
3 astici da circa 6-700 g l'uno - 400 g di erbette - 1 grossa patata lessata - 1 scalogno - 6 fettine di zenzero fresco - 1/2 bicchiere di vino bianco - 2 dl di panna fresca - 1 mazzetto di prezzemolo - 1 ciuffetto di germogli - 1 limone non trattato - olio extravergine d'oliva - sale, pepe bianco

● **1** Tritate finemente lo zenzero. Mescolatene 1/3 con la scorza grattugiata del limone, il prezzemolo tritato e 1 cucchiaio d'olio.
● **2** Lessate gli astici in acqua bollente salata per 7 minuti. Cuocete le erbette a vapore, tritatele, mescolatele con la patata schiacciata e condite con sale, pepe e 1 filo d'olio.
● **3** Scolate gli astici, raffreddateli brevemente in acqua ghiacciata, apriteli e sgusciate le code e le chele.
● **4** Aiutandovi con un anello tagliapasta di circa 8 cm di diametro fate nei piatti 6 timballini col composto di verdure. Disponete le code degli astici a fette e guarnite con le chele.
● **5** Tritate lo scalogno. Soffriggetelo con il resto dello zenzero in 2 cucchiai di olio, sfumate con il vino, unite la panna e fate sobbollire la salsa per 3 minuti. Regolate di sale e di pepe. Versate nei piatti la salsa allo zenzero, aggiungete la gremolata al limone, guarnite coi germogli e servite.

FACILE
● Preparazione 30 minuti ● Cottura 10 minuti ● 275 cal/porzione

BERE GIUSTO
I crostacei richiedono vini bianchi in grado di avvolgere il cibo, ma anche di contrastarne la morbidezza. Se sui gamberi, nelle loro varie misure, funziona la vena generosa e mandorlata del Friulano, agli scampi è destinato il più delicato Pinot Bianco. La tenera aragosta richiede la soavità di un Arneis, granchio e astice amano l'energia del Riesling.



SCAMPONI GRIGLIATI AL SALE, CON AIOLI DOLCE PICCANTE

PER 6 PERSONE
18 scamponi - 2 kg di sale grosso integrale - 1/2 arancia non trattata - 6 spicchi di aglio - 1 tuorlo - 4 cucchiai di aceto - 1 cucchiaio di succo di limone - 1 bicchiere di olio di semi mais - 1 cucchiaino di harissa (pasta di peperoncino piccante) - sale, pepe

1 Spremete l'arancia e grattugiate 1/2 cucchiaino di scorza. Privategli spicchi d'aglio dell'eventuale germoglio. Cuoceteli con 4-5 cucchiai di acqua, l'aceto e 1 pizzico di sale. Quando sono teneri schiacciateli con la forchetta. Mescolateli con il tuorlo e trasferite nel bicchiere del frullatore, normale o a immersione. Montate come per una maionese aggiungendo a filo l'olio di mais. Condite la salsa con la scorza grattugiata, 3 cucchiai di succo d'arancia, quello di limone, l'harissa, sale e pepe.
2 Rivestite di alluminio una larga teglia e distribuite sul fondo uno strato di sale grosso. Scaldatelo nel forno a 200° per 15 minuti. Incidete le code degli scampi, apritele a libro ed eliminate il filetto nero. Appoggiate gli scampi sul letto di sale e infornateli 3 minuti. Serviteli subito con l'aioli.

FACILE
Preparazione 30 minuti Cottura 25 minuti 265 cal/porzione

GAMBERI ROSSI CON CAPONATINA DI ZUCCA

PER 6 PERSONE
30 code di gamberi rossi medi - 100 g di zucca pulita - 100 g di patate - 100 g di carote - 100 g di sedano - 8 pomodori datterini - 4 foglie di salvia - 1/2 spicchio di aglio - 1 cucchiaio di pinoli - 1 cucchiaio di uvetta - 1 cucchiaino di semi di sesamo tostati - olio extravergine d'oliva - sale, pepe

● **1** Sgusciate i gamberi, lasciando attaccate le codine, e privateli dei filetti neri. Tritate finemente l'aglio, privato dell'eventuale germoglio, e la salvia.
● **2** Pulite e tagliate a dadini tutte le verdure. Saltatele in padella con 3 cucchiai di olio. Quando iniziano a prendere colore, bagnatele con un filo d'acqua, salatele e portatele a cottura in circa 15 minuti.
● **3** Separatamente saltate in padella con poco olio l'uvetta e i pinoli, aggiungete i pomodori, salate e cuocete 5 minuti. Aggiungete le verdure miste ai pomodori, mescolate brevemente sul fuoco, regolate di sale e di pepe.
● **4** Saltate i gamberi con 3 cucchiai di olio e il trito di aglio e salvia per 2 minuti, salateli e serviteli con le verdure, cospargendo con i semi di sesamo.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 25 minuti** ● **195 cal/porzione**

Runner Fiorirà un Giardino, cucchiaio Sambonet, piatto Fonderia-Ceramiche Bucci, tessuto Dedar. Nella pagina accanto, teglia Fonderia-Ceramiche Bucci, piattino Brandani, ciotolina Geneviève Lethu, tessuto Dedar. Indirizzi a pagina 6





PROFUMI E COLORI DI PESCHERIA
La pescheria "Da Claudio", la più famosa di Milano, nello storico quartiere di Brera, è un punto di riferimento, una vera istituzione in una città innamorata da sempre di pesce e affini: si trovano aragoste di prima scelta, una grande selezione di crostacei e specialità di mare pronte da acquistare e da gustare anche sul posto. Sopra la bottega, il ristorante. Facciamo qualche domanda a Daniele Minora, gran nocchiero al timone del ricchissimo banco di vendita.
Come si riconosce la freschezza?
Guscio brillante, niente macchioline, occhi vividi e lucenti, colore della carne della coda bianco rosato, non bianco! Una cosa da sapere: i gamberi sono tutti trattati con solfiti (sostanze utilizzate come conservanti, *ndr*). Noi lo dichiariamo, ma non è sempre così...
I più venduti e il suo preferito?
Si vende bene lo scampo, che è anche il più delicato nel sapore, poi il gambero di Sicilia. Io amo il gambero viola di Santa Margherita o Sanremo.
E i surgelati?
Bisogna saper scegliere. Gli scampi di Sicilia congelati a bordo nel giro di 30 minuti e poi abbattuti a -20° mantengono freschezza e sapore.
C'è una stagione?
Nel periodo della deposizione delle uova (nei mesi estivi, *ndr*) le femmine non si possono pescare, ma adesso è un buon momento, come in genere tutti i mesi invernali.
Da Claudio: via Cusani 1, pescheria tel. 02 8056857, ristorante tel. 02 86915741, info@pescheriadaclaudio.it.

Tovagliolo in vendita da La Rinascente, piatto, ciotolina e ampolla Virginia Casa, forchetta di Salvinelli con rivestimento Zima, tessuto di Dedar. Nella pagina accanto, piatto Geneviève Lethu, ciotolina Emile Henry, forchetta Salvinelli con laccatura Zima, bicchiere Fade, tovagliolo in vendita da La Rinascente, tovaglia Society. Indirizzi a pagina 6

TARTARE DI GAMBERI ROSSI AL MANDARINO

PER 6 PERSONE
4 clementine (mandarini senza semi) - 30 code sgusciate di gamberi rossi medi - 1/2 limone - 2 fette di pane integrale - 2 cucchiai di panna acida - 1 mazzetto di germogli - olio extravergine d'oliva - sale, pepe

● **1** Sbucciate al vivo 3 clementine, dividete gli spicchi a pezzetti e conditeli con sale, pepe e il succo del limone. Private i gamberi del filetto nero e tagliateli pezzetti. Mescolateli con le clementine a pezzetti e mettete in frigo almeno 20 minuti.
● **2** Sbucciate la clementina rimasta e tagliatela a fettine sottili. Disponetele sui piatti e dividetevi la tartare di gamberi, se vi piace aiutandovi con un anello tagliapasta.
● **3** Tostate pochi minuti le fette di pane, dividetele in 6 crostini lunghi e stretti, spalmateli con la panna acida, guarniteli con una macinata di pepe e un ciuffetto di germogli. Servite la tartare con un filo d'olio, pepe, i crostini e, se vi piace, qualche anello di verde di porro o cipollotto.

FACILE
● Preparazione 20 minuti + riposo ● Cottura 3 minuti ● 150 cal/porzione

INSALATA DI RINFORZO AI GAMBERI

PER 6 PERSONE
100 g di fave secche spezzate - 200 g di cavolfiore a cimette - 30 code di gamberi medi - 1 cucchiaio di capperi sott'aceto - 1/2 cucchiaio di semi di coriandolo - olio extravergine d'oliva - sale integrale

● **1** Coprite le fave di acqua fredda e cuocetele a pentola coperta per un'ora circa dal bollore, o finché si disfano. Scolatele con il mestolo forato e frullatele in crema allungando, se serve, con poca acqua di cottura. Conditela con sale e 3 cucchiai d'olio. Montate ancora la salsa per un paio di minuti e aggiungete metà dei semi coriandolo pestati nel mortaio.
● **2** Tritate grossolanamente i capperi scolati. Mescolate 3 cucchiai d'olio con i semi di coriandolo rimasti e i capperi. Tagliate il cavolfiore a fettine sottili. Cuocetele a vapore 1 minuto mantenendole croccanti.
● **3** Sgusciate i gamberi, incideteli sul dorso ed eliminate il filetto nero. Mettete sul fuoco una padella antiaderente, cospargete il fondo con 2 prese di sale integrale e, appena si scalda, scottate i gamberi 1 minuto per parte. Condite cavolfiore e gamberi con la salsa ai capperi. Versate una cucchiaiata di crema di fave al centro dei piatti, contornate con gamberi e cavolfiore e servite, con la crema rimasta a parte.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 1 ora e 10 minuti** ● **130 cal/porzione**



> segue da pag. 48

Scegliere e preparare

I crostacei, pregiati e lussuosi, non sono cibi da tutti i giorni: anche in questo sta il loro fascino. Per godere appieno di questo privilegio, se vi regalate un'aragosta (calcolate 8 etti per 2 persone), tanto vale non risparmiare sul vino, puntare su un bianco eccellente, e gustare la magnifica "bestia" anche semplicemente lessata, con una citronette o una maionese. I grandi crostacei (aragosta e astice) freschi devono essere venduti vivi ed esigono, perciò, la sicurezza di un fornitore di fiducia. Poi, una volta a casa, dovrete ridurre al vostro volere questo animale grande e ingombrante. Fatevi animo. Legate le chele con spago da cucina (quelle a pinza degli astici sono fermate da elastici, da non rimuovere per nessun motivo prima della cottura!) e infine gettate il crostaceo nell'acqua bollente, coprendo subito con un coperchio.
Se tutto ciò vi sembra eccessivo, un'ottima alternativa sono i surgelati, grandi ma anche piccoli: le code di gamberi o scampi, ad esempio, sono una vera risorsa che in pochi minuti dà vita a piatti raffinati e bellissimi. Per insalate e ricette composite vanno bene anche le soluzioni in scatola. Per pulire i crostacei a crudo, staccate la testa e aprite il carapace con un taglio sull'addome (potete usare le forbici). Estratta la coda, togliete sempre il filo nero che si intravede sotto al dorso (sono gli intestini), incidendo la polpa con un coltellino per metterlo a nudo e poterlo sfilare. Granchi e granseole, invece, si spolpano sempre dopo la cottura.

Culatello di Zibello

LAVORATO CON SAPIENZA ARTIGIANA, HA UN GUSTO ELEGANTE E DELICATO CHE LO RENDE UNICO E PREZIOSO

di Marina Cella, foto di Maurizio Lodi, ricetta di Livia Sala, scelta del vino di Sandro Sangiorgi

Terra di nebbie, la Bassa Parmense, ...e di culatello. C'è infatti un legame intrinseco tra il re dei salumi e le brume che nei mesi freddi avvolgono quell'angolo di terra a sud del Po, tra Polesine e Colorno passando per Zibello. Tanto che la festa autunnale in onore della norcineria locale è stata battezzata proprio "November porc... speriamo ci sia la nebbia!" (novemberporc.it). Il maiale, infatti, si macella a novembre, quando il freddo asciuga più velocemente le carni. Ed è proprio l'aria umida e nebbiosa delle cantine in cui stagiona il culatello a regalargli quel gusto inconfondibile, netto ma dolce e delicato, che lo rende unico. Così pregiato da essere stato apprezzato non solo da un suo conterraneo come Giuseppe Verdi, che lo portò fino alla corte degli zar, ma anche da un esteta come Gabriele d'Annunzio.



Lenta stagionatura

Il culatello di Zibello, che nel 1996 ha ottenuto la Dop ed è tutelato dal Consorzio, è uno dei salumi più pregiati e costosi, perfetto per fare bella figura sulla tavola delle feste. L'eccellenza parte dalla materia prima, i maiali, nati e allevati in 8 Comuni di Lombardia ed Emilia Romagna e alimentati con farine vegetali di qualità; fino alla lavorazione, lenta e sapiente. Il salume si ricava solo dalla parte posteriore della coscia, ben marezzata, che viene disossata, pulita e rifilata perché assuma la classica forma a pera. Quindi si massaggia con sale grosso, pepe, aglio e vino (ogni norcino esercita qui la sua abilità) e si lascia riposare; poi la carne viene inserita nella vescica di maiale, legata con molti giri di corda, sgocciolata e infine fatta stagionare per almeno 12 mesi (ma si arriva anche a più di 30): i primi 2 in ambiente areato, i restanti in luoghi umidi, perché la "nebbia" faccia la sua parte. Al termine, il culatello avrà perso circa il 40% del suo peso.

Squisito al naturale

Al taglio il colore del culatello deve essere rosso rubino uniforme, con venature di grasso bianco; l'aroma è intenso e il sapore dolce e delicato. Se acquistato intero, prima di consumarlo va liberato dalle corde, spazzolato sotto l'acqua corrente per togliere le muffe e, avvolto in un canovaccio, immerso nel vino bianco per almeno 1 giorno. Infine, privato della vescica e rifilato, si taglia a fette abbastanza sottili (meno del prosciutto) e, per apprezzarlo al meglio, si gusta al naturale: con fette di pane (come la tipica micca di Parma), torta (gnocco) fritta, mostarda delicata; si abbina anche con il formaggio (parmigiano, burrata, robiola) o con la frutta (fichi, melone) ed è perfetto per dare un tocco prezioso a un'insalata. È quasi un peccato usarlo in cucina ma si può tagliare a julienne per insaporire la pasta fresca o il risotto.

Si ringrazia ERSAF-Ente Regionale per i Servizi all'Agricoltura e alle Foreste, che ha fornito i prodotti



BERE GIUSTO

Il culatello possiede una delicatezza gustativa fondata sull'equilibrio tra sapidità, finezza della polpa e delicatezza del grasso. Tuttavia questa sensazione piacevolissima può trasformarsi in sgradevole e metallica con il vino sbagliato, come le bollicine di uno spumante o i tannini di un rosso. È molto più redditizio scegliere la gradualità di un rosato appena frizzante che accompagna e chiude con bella pulizia, come il Martin Rosé Fortana Frizzante di Mariotti.



CULATELLO CON TORTA FRITTA E BURRO AL ROSMARINO

PER 6 PERSONE

300 g di culatello - 300 g di farina manitoba - 1 patata lessata - 20 g di strutto - 5 g di lievito di birra liofilizzato - 50 ml di latte - 50 g di burro - zucchero - 1 rametto di rosmarino - olio per friggere - sale - pepe

- **1** Fate ammorbidire il burro a temperatura ambiente, poi lavoratelo in una ciotolina con qualche ago di rosmarino tritato, un pizzico di sale e di pepe; coprite con la pellicola e fate riposare in frigorifero.
- **2** Schiacciate la patata e raccogliete la purea in una terrina: unite la farina, il lievito, lo strutto, il latte tiepido, mezzo cucchiaino di zucchero, un pizzico di sale. Aggiungete 100 ml di acqua e impastate a lungo gli ingredienti fino a ottenere una palla liscia ed elastica. Fate lievitare in un luogo tiepido per 45 minuti.
- **3** Lavorate ancora la pasta sul piano infarinato, poi stendetela con il matterello in uno strato di 3-4 mm. Ricavate tante losanghe e friggetele in olio bollente fino a che saranno gonfie e dorate; scolatele su carta da cucina.
- **4** Servite la torta fritta accompagnandola con il burro al rosmarino e il culatello affettato.

FACILE

- **Preparazione 30 minuti + riposo**
- **Cottura 5 minuti** • **433 cal/porzione**

QUEST'ANNO A NATALE STESSA FESTA MENO CALORIE

Sarà il clima di allegria, il calore familiare o la pura e semplice golosità, fatto sta che durante le feste di fine anno mangiamo molto di più. Natale, la festa più importante, ne è l'esempio migliore. In giornate così speciali un'eccezione di certo può essere fatta, ma è anche possibile onorare la ricorrenza, con piatti gustosi e prelibati, senza assumere troppe calorie.

GLI ECCESSI A TAVOLA NEMICI DEL TUO PESO

Un tipico **pranzo natalizio**, fatto di antipasto, primo, secondo e dolce, magari con uno o due bicchieri di vino o spumante, **ci "costa" parecchio in termini di calorie**. Facciamo l'esempio di una donna alta 165 cm, con un peso nella norma, che pratica attività fisica moderata e che ha bisogno di 2000 calorie (Kcal) al giorno per restare in normopeso.
Un classico pranzo di Natale può apportare anche 3000 Kcal; se a questo aggiungiamo una colazione, magari con una fetta di panettone, e una cena abbondante, la nostra amica arriverà alle 4500-5000 Kcal giornaliere. Mangiando così per parecchie volte durante le feste **è probabile trovarsi a gennaio con tre o quattro chili in più**. Come festeggiare, quindi, con un pranzo tipicamente festivo, evitando che dopo le vacanze ci siano troppi chili sulla bilancia? Ecco la soluzione che può risolvere il problema.

IL MENU DEL GIORNO DI NATALE

COLAZIONE	**Kcal 255**	Una tazza di caffellatte 200 g, fette biscottate 30 g
SPUNTINO	**Kcal 62**	un frutto 150 g
PRANZO	**Kcal 1885**	**Antipasto**: crostini (50 g a persona) con melanzane, pomodori e Grana Padano DOP *(cuocete le fette di melanzane e quelle di pane alla piastra; in una terrina mettete le melanzane e i pomodori tagliati a pezzetti, aggiungete aglio, un pizzico di sale e un filo d'olio extravergine di oliva; disponete il tutto sui crostini e aggiungete il Grana Padano DOP a scaglie)* **Primo**: tortellini in brodo **Secondo**: cappone ripieno alle castagne *(come da ricetta)* **Dessert**: rondelle di mela con crema inglese *(come da ricetta)*, un bicchiere di vino rosso o di spumante
MERENDA	**Kcal 62**	un frutto 150 g
CENA	**Kcal 519**	passato di verdura 200 g, crostini di pane 60 g, un frutto 150 g



Il menu consigliato prevede un pranzo ricco ed elaborato ma apporta complessivamente **circa 2800 Kcal, quasi la metà di quelle che assumeresti seguendo la "tradizionale abbuffata" natalizia!** È importante che, anche in questo giorno, tu faccia degli **spuntini** (per non arrivare al pranzo o alla cena affamata) e che **limiti le quantità di alcol**, perché apporta parecchie calorie ma nessun nutriente. Ricorda inoltre che questa è una giornata di festa, così come la vigilia di Natale, Capodanno e l'Epifania, e un pranzo più calorico del solito è ovviamente concesso. In ogni caso le calorie che assumerai in più in questi giorni, potrai smaltirle, tra una festa e l'altra, facendo **un po' più di attività fisica del solito, a bassa intensità e a lunga durata** (come camminare, pedalare ecc). Inoltre, durante il resto delle vacanze, cerca di seguire un'alimentazione sana ed equilibrata, ripartendo in maniera bilanciata le calorie giornaliere (20-25% a colazione, 35-40% a pranzo, 5-10% per spuntino e merenda, 35-40% a cena). Con questi consigli potrai arrivare al termine delle 2 settimane di vacanza senza **neanche un etto di troppo!** Le ricette suggerite (così come il menu) riscuoteranno molto successo anche fra i tuoi familiari, regalando a te ai tuoi cari un Natale felice, ma anche salutare!

Cappone ripieno alle Castagne





INGREDIENTI PER 8 PERSONE
250 g di petto di pollo, 1 cappone
100 g di pane, 50 g di latte
4 mele, 200 g di castagne secche (senza buccia)
30 g di brandy
100 g di Grana Padano DOP
2 uova, 50 g di pancetta affumicata
10 cucchiai d'olio extravergine d'oliva
½ bicchiere di vino bianco, 1 mestolo di brodo vegetale
Sale e pepe

PREPARAZIONE

Disossate il cappone, bagnatelo con il brandy e fatelo riposare per circa 30 minuti. Lessate le castagne, assicurandovi di lasciarle integre, perché metà serviranno per guarnire il piatto. Pelate le mele svuotando l'interno, ma lasciandole intere. Tagliate una delle mele a pezzetti, mettetela in una padella con un po' di olio extravergine di oliva, la pancetta tagliata a dadini e fate rosolare il tutto per 2 minuti. Versate la mela e la pancetta nel mixer, aggiungete il petto di pollo tagliato a pezzetti, il pane che avrete inzuppato nel latte, frullate e mettete in una terrina; unitevi un'altra mela tagliata a dadini, metà delle castagne spezzettate, il Grana Padano DOP grattugiato, le uova, il sale, un pizzico di pepe e amalgamate. Farcite il cappone con il ripieno ottenuto, cucite per non farlo uscire durante la cottura, legate le ali e le cosce al corpo del cappone, bagnatelo con olio extravergine di oliva e fate cuocere in forno a 200 gradi per circa 90 minuti. Con le altre 2 mele ricavate delle palline con l'aiuto di uno scavino, mettetele in una padella insieme all'olio extravergine di oliva rimasto, le castagne intere, aggiungete il sugo di cottura del cappone, il vino e il brodo e fate cuocere fino a che non si formerà una salsetta. Mettete il cappone su un piatto da portata, guarnite con le palline di mela, le castagne, la salsa e servite.

Rondelle di mela con Crema inglese



INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 mele, ½ limone
4 tuorli, 250 g di latte, 50 g di zucchero
½ baccello di vaniglia

PREPARAZIONE

Sbucciate le mele lasciandole intere, svuotate l'interno, tagliatele a a rondelle e mettetele a bagno con un po' d'acqua e limone per non farle scurire. Portate ad ebollizione il latte con il baccello di vaniglia aperto a metà, poi eliminatelo. Ponete i tuorli con lo zucchero in una pentola d'acciaio e unitevi il latte bollente, lavorate poi il tutto con una frusta fino a rendere il composto omogeneo e schiumoso. Mettete la pentola sul fuoco (non alto), mescolando lentamente con un cucchiaio di legno; la crema non deve assolutamente bollire, la dovrete tenere sul fuoco per pochi minuti fino a che non diventeà più fluida e la schiuma si sarà ridotta. Asciugate le rondelle di mele e ponetele su un piatto da portata, cospargetele di crema e servite.

TANTE ALTRE PROPOSTE PER TE

Quante calorie giornaliere dovresti assumere e cosa si intende per corretta alimentazione?
Collegandoti al sito www.granapadano.info potrai trovare:

- Menu personalizzati per le calorie che dovete assumere nell'arco della giornata.
- Manuali per la corretta alimentazione di grandi, piccini e chi fa sport.
- Schede per l'alimentazione in presenza di particolari patologie.
- Tante ricette per la colazione, pranzo, cena e spuntini.



Smørrebrød all'italiana

ARRICCHITE DA PREZIOSI TOCCHI NOSTRANI, LE TRADIZIONALI TARTINE DANESI SONO UN APPETIZER DI RARA RAFFINATEZZA

a cura di Cristiana Cassé, ricette di Alessandra Avallone, foto di Adriano Brusaferri, styling Alessandro Pasinelli Studio, scelta dei vini di Sandro Sangiorgi



TROTA AFFUMICATA E FRUTTI DI BOSCO

PER 8 PERSONE
1 filetto di trota affumicata - 1 cestino di lamponi - 1 cestino di ribes - 1 cestino di mirtilli -1 cucchiaio di aceto balsamico - 1 cucchiaio di miele millefiori - 8 panini al latte - 40 g di burro - rucola per guarnire

● **1** Mescolate i piccoli frutti e 2 cucchiai di acqua in una padella antiaderente e fateli cuocere per 2 minuti a fuoco dolce. Sgocciolateli facendo colare lo sciroppo in una ciotola. Unite l'aceto e il miele e con la salsa ottenuta condite i frutti.
● **2** Tagliate a metà i panini, spalmateli con metà del burro morbido e fateli dorare in una padella schiacciandoli leggermente. Velateli con il burro rimasto e farcite con la trota ridotta in grosse scaglie, i frutti conditi e la rucola.

FACILISSIMA ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 4 minuti ● 140 cal/porzione

INVOLTINI DI CARNE SALADA

PER 8 PERSONE
16 fette di carne salada o bresaola - 1 cespo di radicchio trevisano - 8 fette di pane di segale a mattonella - 2 cucchiai di panna acida - 1 cucchiaio di capperi sott'aceto - 1 limone - 1 cucchiaio di miele millefiori - 1 dl scarso di olio extravergine d'oliva - insalatina per guarnire

● **1** Mescolate l'olio con il succo del limone, il miele e i capperi e frullate il tutto. Sfogliate il radicchio, lavatelo e tagliate le foglie a pezzetti lunghi 6-7 cm. Dividete a metà le fette di pane in modo da ottenere 16 rettangoli e spalmateli con la panna acida.
● **2** Avvolgete ogni fetta di carne salada intorno a 2 foglie di radicchio, disponete gli involtini ottenuti sulle tartine, aggiungete un po' di insalatina e irrorate con la salsina ai capperi.

FACILISSIMA ● **Preparazione 20 minuti** ● **205 cal/porzione**

ANTIPASTO E NON SOLO

Gli smørrebrød, il cui nome tradotto letteralmente significa "pane imburrato", sono golose tartine che in Danimarca rappresentano un'istituzione. Nascono come ricco antipasto o snak spezzafame, ma molto spesso, per chi a mezzogiorno mangia fuori, sostituiscono degnamente il pranzo: bar e localini vari li presentano su grandi buffet in mille appetitose varianti. Secondo tradizione, il pane è rigorosamente quello nero e non può mancare il burro, se non quando è sostituito dalla panna acida.
Tra gli altri ingredienti tipici, ci sono i pesci (affumicati e non), i pâté, la carne d'anatra, le patate, le cipolle e i piccoli frutti rossi (aggiungere il tocco dolce della frutta nelle ricette salate è tipico della cucina nordica). Come condimento è d'obbligo una vinaigrette densa, a volte senapata. Le ricette di queste queste pagine godono anche di aggiunte gourmand made in Italy, come la carne salada, il prosciutto toscano, l'aceto balsamico.



Vassoio rettangolare Royal Doulton, piattino Potomak Studio. Nella pagina accanto: piatto viola Novità Home, piattino finger food Brandani, cucchiaino Sambonet, tavolo First di Magis. Indirizzi a pagina 6



ANATRA AFFUMICATA E FICHI

PER 8 PERSONE
100 g di petto d'anatra affumicato già affettato - 80 g di pâté d'anatra - 2 fichi mostardati e 1 cucchiaio del loro sciroppo - 1 cachi mela - 4 cucchiai di aceto di vino rosso - 1 filoncino di pane briosciato

● **1** Tagliate il pane a fette sottili e tostatelo leggermente in forno. Mescolate il cucchiaio di sciroppo della mostarda e l'aceto in un pentolino, mettetelo su fuoco medio e fate ridurre il liquido a 1 terzo.
● **2** Lavate il cachi mela e riducetelo a fette sottili. Tagliate i fichi a spicchietti. Spalmate le fette di pane con il pâté d'anatra, aggiungete un paio di fettine di cachi, due fette di petto d'anatra e uno spicchio di fico e completate con qualche goccia di aceto ridotto.

FACILISSIMA ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 10 minuti ● 165 cal/porzione

BERE GIUSTO

La prima qualità di un vino che vuole accostarsi alle tartine è l'essere duttile, capace di adattarsi alla varietà di condimenti e ingredienti senza perdersi. Gli spumanti in questo senso hanno una vocazione naturale, grazie al perlage, sempre utile per tenere a bada i grassi, e alla stoffa del sapore, elegante ed equilibrata. L'Erbaluce di Caluso evita l'effetto metallico sulle tartine di pesce e gratifica frutta e vegetali; il Verdicchio di Jesi governa l'intensità dell'anatra e accoglie la fibra della carne salada; uno spumante Rosé altoatesino si misura sulla delicatezza della tartare di manzo e fonde la cruda sapidità del prosciutto con la dolcezza delle prugne.

Piatti Potomak Studio, bicchieri Fade e Michielotto, tavolo First di Magis. Nella pagina accanto: piattino Potomak Studio, bicchiere Michielotto, tovaglietta americana Society. Indirizzi a pagina 6

SALMONE MARINATO E UOVA STRAPAZZATE

PER 8 PERSONE

250 g di filetto di salmone con la pelle - 4 piccoli panini arabi - 1 barbabietola cruda - 3 uova - 3 cucchiai di panna - 1 pezzetto di zenzero fresco - 1 cuore di finocchio - 1 mela rossa - 1 limone verde - 1 mazzetto di aneto - 1 cucchiaio di zucchero di canna - 3 cucchiai di sale grosso - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Sbucciate la barbabietola e lo zenzero e grattugiateli. Condite il filetto di salmone con il sale grosso e lo zucchero, copritelo con il mix di zenzero e barbabietola e avvolgetelo con pellicola trasparente. Disponetelo su un piatto, adagiatevi sopra un peso (per esempio, un pestacarne) e passate in frigo a marinare per 2 giorni.
● **2** Pulite il salmone dalla marinata, tamponatelo con carta da cucina e tagliatelo a fette sottili. Tagliate il finocchio a velo e la mela a fette spesse. Dividete a metà i panini e tostateli in forno. Sbattete le uova con la panna, sale e pepe e cuocetele strapazzate con 1 cucchiaio di olio.
● **3** Distribuite sulle tartine le uova, il salmone, il finocchio e la mela e condite con il succo di 1/2 limone, sale e pepe. Guarnite con il limone rimasto a fettine e l'aneto.

FACILISSIMA ● **Preparazione 30 minuti + riposo**
● **Cottura 2 minuti** ● **185 cal/porzione**



PRUGNE GLASSATE E PROSCIUTTO AL COLTELLO

PER 8 PERSONE
4 fette grandi di pane integrale per tramezzini - 8 prugne semisecche - 4 fette di prosciutto toscano tagliato a coltello (meglio se di Cinta senese) - 1 arancia - 2 cucchiai di mascarpone - 1 punta di peperoncino in polvere - insalatine per guarnire - pepe

● **1** Dividete le fette di pane in quattro parti e tostatele in forno. Scaldate a fuoco medio il succo dell'arancia con la stessa quantità di acqua calda, unite le prugne, fate prendere il bollore e cuocete fino a consumare tutto il liquido. Lasciate raffreddare, tagliate a metà le prugne ed eliminate i noccioli.
● **2** Lavorate il mascarpone con il peperoncino e una macinata di pepe e spalmatelo sulle tartine fredde. Completate ognuna con mezza prugna, un po' di insalatina e il prosciutto a pezzetti.

FACILISSIMA ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 15 minuti ● 135 cal/porzione

FUNGHI, AVOCADO E TARTARE DI MANZO ALLA SENAPE

PER 8 PERSONE
1 pane a lievitazione naturale ai cereali - 200 g di polpa di manzo magra macinata - 1 cuore di lattuga - 8 funghi champignon di media grandezza - 1 piccolo avocado - il succo di 1/2 limone - 1 cucchiaio di senape piccante - 1 cucchiaio di aceto di mele - olio extra vergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Tagliate 4 fette di pane, dividetele a metà e tostatele leggermente in forno (devono restare morbide al centro). Pulite i funghi, sbucciate l'avocado, affettate entrambi con una mandolina e condite subito con 2 cucchiai di succo di limone e poco sale. Insaporite la carne con olio, sale e un po' di limone e formate tante polpettine. Emulsionate la senape con l'aceto di mele e 2-3 cucchiai di olio.
● **2** Coprite ogni tartina con qualche fogliolina di lattuga e il mix di funghi e avocado. Disponete al centro le polpettine di carne, scavatevi una piccola fossetta e riempitela con la salsa alla senape.
● **3** Ricavate dal pane rimasto 4 fette sottilissime, tagliatele a metà, tostatele in forno fino a renderle molto croccanti e appoggiatele sulle tartine.

FACILISSIMA ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 5 minuti ● 155 cal/porzione



Tagliere Royal Dulton, piatto Potomak Studio. Nella pagina accanto: piatto quadrato Potomak Studio, ciotolina Fonderia ceramiche Bucci, posate Sambonet, tessuto C&C Milano. Indirizzi a pagina 6

Ananas

SPETTACOLARE NEL DESSERT, SPOPOLA NELLE INSALATE E INCONTRA LE CARNI DEL MAIALE E QUELLE DEI CROSTACEI. CON RISULTATI SQUISITI

a cura di Enza Dalessandri, testo di Mariarosa Schiaffino, ricette di Claudia Compagni, foto di Felice Scoccimarro/Alkèmia, styling di Stefania Aledi

Ciotola Egizia, posata Gense.
Indirizzi a pag. 6

Riso allo zenzero con i gamberi, pag 66



Quando arrivò in Europa dal Nuovo Mondo, l'ananas suscitò scalpore e desideri, persino sfrenati, di potenti che vollero coltivarlo, naturalmente in serra, per gloriarsi di questa "esoticheria". Nessun frutto è così spettacolare, con quel pennacchio di foglie dritte come spade, quelle grosse scaglie dorate e quel suo stare diritto, come a dire "il re della fruttiera sono io". Ma è la sua polpa dolce e intensamente aromatica a conquistargli i cuori dei golosi. Alla sua bellezza vistosa corrisponde una certa difficoltà di preparazione, nel senso che lo si deve servire e utilizzare solo dopo aver tolto la parte centrale legnosa e quella scagliosa. Anche per questo l'ananas si commercializza in scatola: le fette pronte, rotonde e perfette, sono una gran comodità; il succo è perfetto per marinare carni e pesci di ricette orientali. Comunque va detto che in un viaggio in Africa, Sud America o Caraibi, gustando un ananas, si può accertarsi che, dai luoghi d'origine ai nostri mercati, la differenza è quella famosa tra il giorno e la notte.

> segue a pag. 67

RISO ALLO ZENZERO CON I GAMBERI

PER 4 PERSONE
200 g di riso Basmati - 300 g di code di gambero - 200 g di ananas fresco pulito - 2 cm di zenzero - 1 spicchio d'aglio - qualche foglia di coriandolo - peperoncino piccante in polvere - olio extravergine d'oliva delicato - sale

● **1** Sciacquate il riso sotto l'acqua corrente, trasferitelo in una casseruola e versate acqua fredda fino a coprirlo con un cm di liquido. Portate a ebollizione, unite una presa di sale, abbassate la fiamma al minimo e coprite la casseruola con un coperchio avvolto in un canovaccio pulito che assorbe il vapore. Cuocete il riso per 10 minuti, spegnete il gas e lasciatelo riposare coperto per altri 5.
● **2** Sbucciate l'aglio e schiacciatelo; pelate lo zenzero e riducetelo a julienne; private i gamberi del carapace e sfilate il filo intestinale con l'aiuto di uno stecchino. Soffriggete l'aglio e lo zenzero in 4 cucchiai di olio per qualche secondo e unite i gamberi.
● **3** Regolate di sale, cuocete i gamberi per 2-3 minuti mescolando spesso, scolateli dal fondo di cottura e teneteli da parte. Eliminate l'aglio, unite l'ananas tagliato a tocchetti e rosolatelo nel condimento per 3-4 minuti. Aggiungete anche il riso preparato e un pizzico di peperoncino, saltate il tutto per qualche minuto e ultimate con i gamberi tenuti da parte e il coriandolo. Mescolate e servite subito.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti + riposo** ● **Cottura 20 minuti** ● **295 cal/porzione**

INSALATA AFFUMICATA CON FILETTO DI MAIALE

PER 4 PERSONE
1 filetto di maiale - mezzo ananas - 50 g di bacon - coriandolo in polvere - 20 g di burro - sale

● **1** Riducete il filetto di maiale a dadi e tagliate le fette di bacon a pezzetti. Tagliate l'ananas in 4 spicchi, eliminate il torsolo e riducete gli spicchi a bastoncini.
● **2** Scaldate una padella antiaderente, unite il bacon e l'ananas preparati, poi rosolateli finché il bacon risulta dorato e croccante. Levate entrambi dalla padella e asciugate il grasso con la carta assorbente da cucina.
● **3** Sciogliete nella padella il burro, unite i dadini di carne e una presa di sale, cuocete su fiamma bassa per 10 minuti, aggiungete un pizzico di coriandolo, il bacon e l'ananas tenuti da parte, alzate la fiamma, fate insaporire e servite.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti** ● **Cottura 15 minuti** ● **180 cal/porzione**

TARTE CON CARPACCIO ALLA MENTA E SALVIA

PER 4 PERSONE
1 rotolo di pasta sfoglia da 240 g - 1 piccolo ananas - 50 g di zucchero semolato - 1 cucchiaio di zucchero a velo - 1 mazzetto di menta - 4 foglie di salvia

● **1** Pulite l'ananas, tagliatelo a fette sottilissime e stendetele su fogli di carta assorbente da cucina. Frullate lo zucchero semolato con una manciata di foglie di menta e la salvia e tenetelo da parte.
● **2** Srotolate la pasta sfoglia, trasferitela con la sua carta su una teglia da forno, bucherellate la parte centrale con una forchetta e coprite la sfoglia con le fettine di ananas accavallate, lasciando libero un bordo di 2-3 cm.
● **3** Cuocete la sfogliata nella parte bassa del forno a 200° per 20 minuti, cospargetela con lo zucchero a velo e proseguite la cottura per altri 7-8 minuti. Levate la teglia da forno, lasciate intiepidire la sfogliata e cospargete l'ananas con lo zucchero aromatizzato preparato.

FACILISSIMA
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 30 minuti** ● **295 cal/porzione**

Insalata affumicata con filetto di maiale



Piatto Coin. Nella pagina accanto: alzata IVV, paletta per dolce Zani&Zani. Indirizzi a pag. 6

> *segue da pag. 65*

Nei dessert, nelle macedonie, nei sorbetti è un classico, ma come fargli posto in cucina e non solo al dessert? Mettetelo nelle insalate di riso e in quelle miste, dove porta una nota dolce fra l'amaro di radicchi e rucolette e unite qualche pinolo, mandorla o gheriglio di noce. Sta bene coi formaggi piccanti ed erborinati come il roquefort ed è ottimo con le carni: pollo e ancor più maiale. In effetti il suo mix di aromi si sposa al meglio con le carni grasse e in cottura il tutto si esalta. Col pesce, crostacei soprattutto, i risultati più interessanti: l'incontro del nanà, nome originario dell'ananas, con scampi, gamberi & C. è tutto da godere.



Tarte con carpaccio alla menta e salvia



La salama da sugo

VANTO DELLA CUCINA FERRARESE, HA UNA STORIA ANTICA MA ANCORA OGGI SEDUCE CON I SUOI INTENSI PROFUMI

di Miriam Ferrari, in cucina Antonella Pavanello, foto di Michele Tabozzi, scelta del vino Sandro Sangiorgi

I ferraresi la chiamano affettuosamente "la salamina", quasi a sottolineare l'amore per questo illustre specialità che da più di 500 anni nobilita le tavole della loro città. I suoi primi successi risalgono al più fulgido periodo della corte estense: la stessa Lucrezia Borgia, sposa del duca Alfonso d'Este, ne apprezzava molto gusto e sostanza e la considerava il cibo ideale per gli uomini che tornavano stanchi dalla guerra. Ma la salama era gradita anche oltre i confini della città d'origine, come si evince da una lettera scritta nel 1481 da Lorenzo il Magnifico per ringraziare Ercole I d'Este che gli aveva fatto dono del prezioso insaccato. Il successo della salama raggiunge il culmine ai primi del '700, quando l'illustre storico ferrarese Antonio Frizzi nella sua opera "Memoria per

> segue a pag. 70


1


2


3


4

LA PREPARAZIONE E LA COTTURA

PER 6 PERSONE
1 salama da sugo del peso di circa 600-700 g
per accompagnare: 500 g di patate bianche - 30 g di burro - latte - sale

● **1** Mettete la salama in una capiente terrina, copritela con abbondante acqua tiepida e lasciatela ammorbidire per tutta la notte. ● **2** Il giorno dopo scolatela, sistematela su un foglio di carta da cucina e spazzolatela leggermente per eliminare le incrostazioni e le eventuali muffe che possono essersi formate durante la stagionatura. ● **3** Avvolgetela in una tela bianca (o introducetela in un sacchetto di tela) e chiudetela con uno spago. ● **4** Potete sostituire la tela con un sacchetto di pellicola per la cottura degli alimenti (di solito ne sono provviste le stesse gastronomie che vendono la salama), chiudendolo sempre all'estremità. ● **5** Legate l'involucro preparato al centro di un lungo cucchiaio di legno. ● **6** Versate abbondante acqua fredda in una capiente casseruola e sistematevi sopra la salama appoggiando sui bordi il cucchiaio di legno. Mettete su fuoco molto basso, portate a ebollizione e cuocete lentamente per almeno 4 ore. ● **7** Nel frattempo lessate le patate, sbucciatele e passatele, ancora calde, al passaverdure; trasferite il passato in una casseruola, unite il burro a fiocchetti e mezzo bicchiere circa di latte, salate e cuocete il purè, mescolando con un cucchiaio di legno e unendo, se necessario, ancora un po' di latte caldo, in modo che risulti soffice. ● **8** A cottura ultimata scolate la salama, svolgetela dal telo, tagliate ed eliminate le legature, poi sistematela su un piatto da portata rotondo e con un coltello molto affilato aprite la parte superiore. Suddividete nei piatti singoli il purè caldo e distribuitevi sopra la "polpa" della salama, prelevandola con un grosso cucchiaio.


5


6


7


8

> *segue da pag 68*

la storia di Ferrara" ne ripercorre le origini. Secondo l'autore i produttori di insaccati "progenitori" della salama sono stati i montanari che in inverno scendevano nelle vallate del Po, portandovi i segreti della loro arte. Fermo restando che si possono attribuire solo alla città di Ferrara i natali dell'autentica salama, come il Frizzi scrive nel suo poemetto giocoso del 1722, intitolato appunto "La salameide". Ma il vero antesignano di questa specialità è il "salame da succo", descritto dettagliatamente nel 1761 da don Domenico Chendi, parroco di Tresigallo, nel suo volume "L'agricoltore ferrarese": alla ricetta, tuttora valida, l'autore aggiunge i consigli per l'insaccatura "per tali salami è bene servirsi di vesciche di suino o gossi di pavone stanteché riescono belli tondi..." e sul servizio "...tagliati subito così caldi mandono fuori il succo assai piccante...".

Uno scrigno di sapori

Ma alla fine cosa rende tanto speciale la salama? Sicuramente la sua particolarissima composizione: una scelta di carni di maiale magre e grasse in perfetto equilibrio, finemente macinate, mescolate con fegato e lingua e condite con sale e un mix di spezie profumate, soprattutto pepe e noce moscata. Il tutto viene fatto insaporire aggiungendo, fino a completo assorbimento, vino rosso profumato, e insaccato nella vescica di maiale (preferibilmente di scrofa adulta, puntualizzano gli intenditori) appositamente trattata per consentire senza problemi una stagionatura di 6-7 mesi. Per la formula precisa ogni produttore ha i suoi segreti, e sono quelli che decretano il successo di questo straordinario prodotto.

BERE GIUSTO

La tradizionale ricetta estense, dotata di una buona quantità di grasso, merita l'attenzione di rossi pronti al contrasto, come il Lambrusco, la Bonarda, il Terrano, per fare esempi di vini dalla spiccata energia e dalla marcata terrosità. Proprio ciò che distingue l'indigeno Fortana del Bosco Eliceo dell'Azienda Mariotti (siamo nel cuore della provincia ferrarese) in versione fermo, orgoglio dell'enologia locale e magnifico accostamento territoriale.





LA PAROLA ALL'ESPERTO

Romano Rossi, chef e sommelier del Ristorante Il Testamento del Porco di Ferrara (tel. 0532 760460) ama interpretare con piglio personale le ricette tradizionali della sua città. Soprattutto la salama, tra i suoi piatti preferiti.

Qual è il metodo più pratico per cuocerla?

Molti segueno ancora il vecchio sistema, ossia la cuociono avvolta in un telo appoggiandola sulla pentola appesa a un cucchiaio di legno; io preferisco chiuderla in un sacchetto di pellicola per alimenti, così durante la cottura non si disperdono nell'acqua i suoi preziosi succhi.

Come contorno è indicato solo il purè di patate?

Si può variare con polenta bianca o zucca cotta e schiacciata a forchetta, se poi la salama si serve fredda come gradevole antipasto estivo, ci sta bene la frutta fresca, soprattutto i fichi.

Si serve sempre come secondo piatto?

Mia figlia Camilla, la più estrosa della famiglia, utilizza la salamina "giovane", ossia poco stagionata, per preparare un ottimo ragù bianco che usa per condire i cappellacci di zucca, e aggiunge al ripieno dei tortelli di patate e zucca: interpretati così questi due piatti riscuotono sempre molto successo.

I SUGGERIMENTI DI SALE&PEPE

Vi segnaliamo alcuni ristoranti che propongono, tra le tante specialità ferraresi, anche questo piatto.

TRATTORIA IL CUCCO
Via Voltacasotto 3, Ferrara, tel. 0532 760026.
A pochi passi dal Duomo, è tra i più antichi ristoranti di Ferrara, portabandiera della sua cucina tipica. Tra le specialità cappellacci di zucca e pasticcio estense, posto d'onore anche per la salama, sempre in menu.

RISTORANTE TASSI
Viale Repubblica 23, Bondeno (Fe), tel. 0532 893030.
Tradizione ma anche sobria eleganza in questo mitico ristorante della provincia, che vale davvero un viaggio. Qui la salama è sempre disponibile, oltre che nella sua formula tradizionale, accompagnata dall'immancabile purè di patate e da una bottiglia di ottimo Lambrusco, anche fredda con contorno di fichi e melone.

TRATTORIA LE GRESINE
Via Muratori, Comacchio (Fe), tel. 0533 81511.
Una cucina che riprende i vecchi sapori della campagna puntando su salumi, pasta fresca, minestre e piatti tipici come la salama.

TRATTORIA FERNANDA
Via Coronella, 67, Poggio Renatico (FE), tel. 0532 827029.
Locale di antica tradizione dove salami, cotechini e, naturalmente, la salama da sugo, sono al top.

CENIAMO INSIEME! Coca-Cola

Stinco soffice al limone

AFFUMICATO E SOTTOVUOTO CUOCE DA SOLO, MENTRE VOI FATE ALTRO. IL TOCCO GENIALE? LA SALSA AGRODOLCE AL MIELE E LIMONE

di Simone Rugiati, a cura di Monica Sartoni Cesari, foto di Felice Scoccimarro

SIMONE RUGIATI
Cuoco, conduttore televisivo, autore di numerosi libri di cucina. Le sue grandi capacità creative e la sua naturale simpatia ne fanno uno dei più noti chef del momento.

Un ricco piatto unico che vi farà passare da grandi chef, senza fatica. Il segreto? La lunga cottura a bassa temperatura


1


2

STINCO AFFUMICATO AL LIMONE ARROSTO E TIMO CON CUBI DI MAIS AI FUNGHI

PER 8 PERSONE
4 stinchi di maiale affumicati, acquistati sottovuoto - 3 limoni non trattati - brodo vegetale - 1 cucchiaino di senape - 2 cucchiai di miele, meglio se di castagno - una confezione di farina per polenta a cottura rapida - olio di semi di arachidi per friggere - 1 costa di sedano- 1 carota- 2 scalogni - olio extravergine di oliva - 400 g di funghi misti (anche surgelati) - 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro - sale - pepe


3

● **1** Immergete gli stinchi, senza toglierli dalla loro confezione sottovuoto, in acqua calda a circa 80° e cuoceteli per circa 4 ore: così la carne diventerà tenerissima.
● **2** Intanto tagliate a metà i limoni in senso orizzontale e salateli leggermente dalla parte tagliata; quindi grigliateli sulla bistecchiera ben calda.
● **3** Versate un bicchiere di brodo in un pentolino e portatelo a bollore. Intanto fate leggermente caramellare il miele e spremetevi i limoni grigliati, filtrando il succo attraverso un colino. Versate anche qualche cucchiaio di brodo caldo e unite la senape solo quando la salsina sarà tiepida. Emulsionatela, montando con una frusta e versando a filo 2-3 cucchiai di olio extravergine di oliva: dovrete ottenere una deliziosa salsa agrodolce.
● **4** Tritate il sedano, la carota e gli scalogni e stufateli in una padella con un filo di olio extravergine; aggiungete i funghi puliti e tagliati a grossi pezzi e cuoceteli a fuoco vivo. Quando il loro liquido sarà evaporato, incorporate il concentrato sciolto in 2 cucchiai di brodo. Dopo qualche minuto, regolate di sale e pepe e tritateli con un coltello.
● **5** Preparate la polenta come indicato sulla confezione, versatela in una teglia bagnata, in modo che abbia uno spessore di 4 cm. Fatela raffreddare e tagliatela a cubi di 4 cm di lato. Friggeteli in abbondante olio di semi di arachidi, sgocciolateli su carta assorbente da cucina, incidete i cubi su una delle superfici e scavateli leggermente.
● **6** Farcite i cubi di polenta ben caldi con i funghi e teneteli in caldo. Togliete dal sottovuoto gli stinchi caldi e morbidi e serviteli con la salsa agrodolce e le polentine farcite.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti** ● **Cottura 4 ore**
● **400 cal/porzione**


4



CENARE INSIEME HA UN GUSTO UNICO.
ANCHE QUANDO NON SAI COSA INVENTARTI.







Non vi resta che aggiungere un rinfrescante bicchiere di Coca-Cola, scegliete quella che fa per voi.

Coca-Cola, Coca-Cola Zero e Coca-Cola light: scegli quella che si adatta alla tua alimentazione bilanciata e al tuo stile di vita attivo e sano.

Guarda questa videoricetta e tante altre su Youtube.com/CeniamoInsieme



Lenticchie trasformiste

SI MANGIANO PER SCARAMANZIA. MA SOPRATTUTTO PERCHÉ DANNO UN TOCCO SPECIALE AI PIATTI PIÙ DIVERSI, DAL CLASSICO COTECHINO ALLE COZZE

a cura di Alessandro Gnocchi, testo di Mariarosa Schiaffino, ricette di Marina Liverani e Alessandro Gavagna, foto di Stefano Scatà, styling di Maria Luisa Gardimer

Se avete mangiato lenticchie a Capodanno potete sperare che arrivino soldi… secondo la tradizione. Anche se ormai ci si crede poco o nulla, nelle feste sono d'obbligo, col cotechino o lo zampone. E dopo? Certo questi legumi non finiscono di offrire materia per piatti interessanti. Se zuppe, minestre e contorni in umido hanno una corposità perfetta in tempo di freddo e gelo, le insalate sono eleganti, i passati deliziosi. Raccomandato l'incontro coi frutti di mare, eterno quello con insaccati e salumi: l'acidulo delle lenticchie sta a meraviglia col dolce grasso del maiale. Potete scegliere tra varietà e sperimentare. In Abruzzo, Marche e Alto Lazio da secoli se ne producono di ottime, ma le più pregiate sono quelle di Castelluccio di Norcia, insignite della Igp: minuscole, buccia fine, colore chiaro tra verde e marroncino, sapore squisito. In Francia spiccano quelle bionde di Saint-Flour nell'Auvergne e quelle verdi di Puy in Alta Loira, piccolissime. Le più grandi hanno buccia più spessa e cottura più lunga. Quelle decorticate o egiziane, di un rosso aranciato, non richiedono ammollo e sono ideali per creme, crocchette, vellutate.



STUFATO DI LENTICCHIE E PANCETTA CROCCANTE

PER 4 PERSONE
300 g di lenticchie - 12 fette spesse di pancetta - 4 patate piccole - 1 cipolla media - 1 carota - 1\2 costola di sedano - olio extravergine d'oliva - brodo vegetale - sale - pepe

● **1** Lavate con cura le lenticchie e scolatele. Tagliate il sedano, la carota e la cipolla in listarelle e fatele rosolare in una padella dai bordi alti con 1 cucchiaio d'olio; aggiungete le lenticchie e proseguite la cottura per alcuni minuti.
● **2** Bagnate di tanto in tanto con il brodo vegetale e, a metà cottura, aggiungete le patate sbucciate e tagliate a spicchi; coprite con un coperchio e lasciate cuocere a fuoco basso. A cottura terminata, regolate di sale e pepate. Nel frattempo, disponete le fette di pancetta su una teglia e mettetele in forno a 150° fino a quando saranno diventate croccanti.
● **3** Distribuite lo stufato di lenticchie nei piatti fondi e aggiungetevi 3 fette di pancetta croccante ciascuno. Potete accompagnare con fogli di pane carasau.

FACILE
● Preparazione 15 minuti ● Cottura 50 minuti ● 380 cal/porzione



PANE DI LENTICCHIE

PER 4 PERSONE
540 g di farina 00 - 100 g di farina di lenticchie - 150 g di lenticchie miste - 20 g di lievito di birra - 5 g di zucchero - 10 g di sale

● **1** Fate ammollare le lenticchie per 2 ore in acqua fredda. Sciogliete il lievito in 2,2 dl d'acqua fredda. Unite le due farine e disponetele a fontana su una spianatoia, versatevi il lievito e lavorate energicamente l'impasto. Aggiungete il sale e lo zucchero e lavorate l'impasto per circa 15 minuti.
● **2** Unite le lenticchie alla pasta, facendo in modo che si distribuiscano uniformemente. Mettete l'impasto così ottenuto in una ciotola, copritelo con un canovaccio e lasciatelo lievitare fino a che sarà raddoppiato di volume.
● **3** Riprendentelo e reimpastatelo energicamente fino a quando diventa elastico; trasferitelo quindi nello stampo di cottura e fatelo riposare fino a che sarà aumentato di un terzo del volume. Informate a 180° e cuocete per 20-25 minuti.

FACILE
● Preparazione 40 minuti + riposo e ammollo
● Cottura 25 minuti ● 555 cal/porzione

INSALATA TIEPIDA CON SPIEDINI DI GAMBERONI

PER 4 PERSONE
12 code di gamberoni - 8 pomodorini - 4 foglie di cavolo verza - 1 costola di sedano - 280 gr di lenticchie bionde di Saint-Flour - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Lavate con cura le lenticchie e lessatele in abbondante acqua salata. Nel frattempo, pulite le code dei gamberoni, togliete il carapace lasciando solo l'ultima estremità della coda, e cuocetele su una piastra o sulla griglia da entrambi i lati.
● **2** Lavate e tagliate a striscioline sottili il cavolo verza e la costola di sedano e fateli saltare a fuoco vivo in una padella con 2 cucchiai d'olio. Fateli appassire appena e poi aggiungete anche i pomodorini, lavati e tagliati a spicchi. Unite in padella anche le lenticchie ben sgocciolate e fate amalgamare alle verdure.
● **3** Aggiustate di sale, aggiungete una spolverata di pepe e un filo d'olio. Servite l'insalata di lenticchie tiepida in un piatto fondo e adagiatevi i gamberoni infilati su uno stecco.

FACILE
● Preparazione 15 minuti ● Cottura 1 ora ● 275 cal/porzione



PASSATO CON COTECHINO E RICOTTA

PER 4 PERSONE
200g di lenticchie - 50 g di ricotta - 3 spicchi d'aglio - la buccia di 2 limoni - 2 foglie di alloro - 1 pezzo di cotica di prosciutto - 2 cucchiai di concentrato di pomodoro - 1 cotechino lessato - 1/2 cipolla - aceto - 1 cucchiaio di farina bianca - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Fate ammollare le lenticchie per 2 ore in acqua fredda. Scolatele e fatele bollire in abbondante acqua salata con la cotica del prosciutto, la buccia dei limoni, le foglie di alloro, 2 spicchi d'aglio. In una padella, preparate un soffritto con 3 cucchiai d'olio extravergine d'oliva, lo spicchio d'aglio rimasto e la cipolla affettata sottilmente; unitevi le lenticchie lessate e date consistenza alla preparazione aggiungedovi la farina.
● **2** Lasciate cuocere per altri 10 minuti, togliete le foglie di alloro, gli spicchi di aglio e frullate il resto. Rimettete la crema ottenuta sul fuoco, aggiungete il concentrato di pomodoro, regolate di sale e pepate.
● **3** Usando 2 cucchiai, preparate 4 quenelle di ricotta. Distribuite la crema di lenticchie nei piatti fondi, suddividetevi il cotechino sbriciolato e le quenelle di ricotta. Aggiungete un filo d'olio, pepe ed una spruzzata di aceto.

FACILE
● Preparazione 10 minuti + ammollo ● Cottura 15 minuti ● 825 cal/porzione





ZUPPA ALLE COZZE

PER 4 PERSONE
150 g di lenticchie rosse - 150 g di lenticchie verdi - 500 g di cozze - 1 costola di sedano - 1 cipolla bianca - 1,5 lt di brodo vegetale - olio extravergine d'oliva - 2 rametti di timo - 1 spicchio d'aglio - sale - pepe

● **1** Fate ammollare le lenticchie verdi per 2 ore in acqua fredda. Tagliate la cipolla e il sedano a tocchetti e fateli stufare in una casseruola dai bordi alti con qualche cucchiaio d'olio. Quando le verdure saranno appassite aggiungete i due tipi di lenticchie, 1 rametto di timo e salate.
● **2** Aggiungete qualche mestolo di brodo vegetale bollente, coprite con un coperchio e fate cuocere per 2 ore, aggiungendo man mano altro brodo. Nel frattempo, pulite le cozze, lasciatele spurgare in acqua fredda per alcuni lavaggi in modo che perdano la sabbia. Fatele aprire mettendole sul fuoco per qualche minuto in una pentola coperta e sgusciatele.
● **3** Fate saltare le cozze in una padella a fuoco dolce con 3 cucchiai d'olio e lo spicchio d'aglio vestito; servitele sulla zuppa di lenticchie, spolverizzando con il pepe e le foglioline del rametto di timo rimasto.

FACILE
● Prep. 20 minuti + ammollo ● Cottura 2 h e 10 minuti ● 375 cal/porzione

PÂTÉ DI LENTICCHIE E ACCIUGHE

PER 4 PERSONE
100 g di lenticchie rosse - 100 g di lenticchie di Castelluccio - 160 g di burro - 40 g di acciughe sott'olio sgocciolate - timo - 1 filoncino di pane casereccio - pepe

● **1** Lavate e lessate i due tipi di lenticchie separatamente; poi, sempre separatamente, passatele al passaverdure in modo da ricavarne solo la polpa e scartando le bucce. Nel frattempo lasciate ammorbidire il burro a temperatura ambiente; in un mixer amalgamate la polpa delle lenticchie rosse assieme a 80 g di burro e a 20 g di acciughe fino ad ottenere una crema abbastanza densa e omogenea.
● **2** Pepate, trasferite la crema in una ciotola e fate riposare in frigorifero almeno per un paio di ore. Ripetete lo stesso procedimento con la polpa delle lenticchie di Castelluccio. Servite i due pâté su fette di pane abbrustolito, completando ogni fetta con un rametto di timo.

FACILE
● Preparazione 20 minuti ● Cottura 50 minuti ● 485 cal/porzione



PACCHERI CON CAVOLO NERO E POMODORINI

PER 4 PERSONE
320 g di paccheri di Gragnano - 4 foglie di cavolo nero - 125 g di lenticchie di Castelluccio - 1/2 cipolla - 6 pomodorini - 1 spicchio di aglio - 2 foglie di alloro - 1 rametto di timo - 1 rametto di maggiorana - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Lavate le lenticchie e lessatele con l'aglio, l'alloro, il timo e la maggiorana. Scolatele al dente. Intanto, tagliate la cipolla a julienne e fatela rosolare con un filo d'olio in una padella.
● **2** Lavate e tagliate a striscioline il cavolo nero e aggiungetelo alla cipolla. Quando si sarà leggermente appassito, unite le lenticchie e i pomodorini tagliati a spicchi. Regolate di sale e fate riposare.
● **3** Lessate i paccheri in acqua salata, scolateli al dente e uniteli al cavolo e alle lenticchie. Fate saltare pasta e condimento per 2-3 minuti, pepate, aggiungete un filo d'olio e servite.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 40 minuti** ● **335 cal/porzione**



Golosa

NOCI, DATTERI & C. REGALANO UN TOCCO CROCCANTE O ZUCCHERINO A CIAMBELLE E TORTE RUSTICO CHIC

a cura di Marina Cella, ricette di Claudia Compagni, foto di Luca Colombo/Studio XL, styling di Silvia Valassina e Barbara Mantovani

Leitmotiv dei dolci natalizi come segno di prosperità e buon augurio, la frutta secca ha un posto di rilievo in tutta la pasticceria: ingrediente principe di pandolci e torroni, arricchisce con un tocco segreto anche budini, gelati e macaron. Chiamata genericamente frutta secca, in realtà si divide in due famiglie diverse: quella a guscio, come noci, mandorle e nocciole, ricca di grassi (buoni però, che fanno bene al cuore); e quella essiccata, polposa e zuccherina, a cui appartengono fichi, datteri e uvetta. Per esaltarne il sapore, i semi oleosi vanno tostati in padella. Inoltre, per non correre il rischio che gli oli si deteriorino e prendano un gusto sgradevole, si possono sbollentare in acqua prima di lavorarli. L'importante è comunque scegliere un prodotto di qualità: di raccolta recente e possibilmente italiano (le mandorle americane per esempio sono meno grasse e dolci di quelle nostrane e più difficili da trattare). La frutta disidratata, invece, è molto ricca di zucchero e aiuta ad apportare all'impasto dolcezza e umidità. L'uvetta per esempio, che va ammollata nell'acqua o nel liquore, amalgamata agli altri ingredienti rilascia parte del liquido che ha assorbito e rende il dessert più morbido. Fichi e datteri sono invece particolarmente dolci ed è quindi meglio ridurre in po' le dosi di zucchero o miele per evitare che la preparazione risulti stucchevole. Un segreto per facilitare l'impasto ed evitare che la frutta essiccata si depositi sul fondo è di imburrarla e infarinarla leggermente. Inoltre, nei dolci ricchi di burro come i cake, è consigliabile far raffreddare il composto in frigo prima di infornarlo: in questo modo risulterà più omogeneo e consistente. *M. C.*

con la collaborazione di Matteo Berti, responsabile area pasticceria della scuola di cucina Alma

Nella pagina accanto: piatto Richard Ginori, tovaglia Society. Indirizzi a pagina 6

frutta secca

Torta di fichi
e farina gialla pag. 87









CROSTATA DI PINOLI CON CREMA AL CIOCCOLATO

PER 8 PERSONE
per la base: 300 g di farina - 120 g di burro - 80 g di zucchero - 1 uovo - 1 arancia non trattata - sale
per la crema e la copertura: 120 g di pinoli - 60 g di burro - 60 g di zucchero - 50 g di cioccolato fondente - 1 uovo - 1 tuorlo - cacao amaro in polvere

● **1** Disponete la farina a fontana sul piano di lavoro, unite il burro a dadini, lo zucchero e una presa di sale e impastate fino a ottenere un composto a briciole. Disponetelo a fontana e rompete al centro l'uovo. Lavate l'arancia, asciugatela, raschiate la scorza con un coltellino seghettato e fatela cadere nella fontana. Impastate rapidamente, formate una palla, avvolgetela in un foglio di pellicola e fatela riposare in frigo per 30 minuti. ● **2** Nel frattempo riunite la metà dei pinoli in una ciotola, copriteli con acqua fredda e lasciateli a bagno per 30 minuti. ● **3** Versate i pinoli rimasti in una padella dal fondo pesante e tostateli su fiamma bassissima fino a che iniziano a diventare dorati. Disponeteli su carta assorbente da cucina per asciugare parte dell'olio emesso, fateli raffreddare e tritateli finemente nel mixer. ● **4** Preparate la crema. Rompete l'uovo in una ciotola e sbattetelo con una frusta. Montate il burro con lo zucchero fino a renderlo cremoso e amalgamatelo all'uovo sbattuto e ai pinoli tritati. ● **5** Grattugiate il cioccolato facendolo cadere nella ciotola della crema e mescolate. ● **6** Riprendete la pasta e stendetene la metà in una sfoglia di 3-4 mm di spessore, trasferitela in uno stampo da crostata liscio del diametro di 20 cm, rivestito con carta da forno, e fatela aderire al fondo e ai bordi ● **7** Bucherellate il fondo con una forchetta, versatevi la crema di pinoli e livellatela con un cucchiaio. ● **8** Stendete la frolla rimasta, appoggiatela sopra lo strato di crema e fatela aderire ai bordi della frolla sottostante premendo con le dita. Sbattete il tuorlo con un cucchiaio di acqua e spennellatelo sulla superficie del dolce; cospargetela con i pinoli scolati e asciugati e cuocete nella parte bassa del forno per 35-40 minuti. Lasciate riposare la torta 5 minuti, sformatela, fatela raffreddare e spolverizzatela con il cacao.

MEDIA ● Preparazione 30 minuti ● Cottura 45 minuti + riposo ● 555 cal/porzione











Piatto Zara Home, cucchiaio Cositabellini. Indirizzi a pagina 6

TARTE DI PERE E MANDORLE

PER 8 PERSONE
per la base: 180 g di farina - 1 cucchiaino di lievito vanigliato in polvere - 1 uovo - 1 tuorlo - 30 g di zucchero - 80 g di burro - sale
per il ripieno: 4 pere Kaiser - 40 g di mandorle in polvere - 1 arancia non trattata - 1 limone - 30 g di zucchero
per le briciole: 90 g di farina - 80 g di burro - 80 g di zucchero di canna - 80 g di mandorle con la buccia - zucchero a velo

● **1** Setacciate la farina con il lievito e trasferitela nel mixer con lo zucchero, un pizzico di sale e il burro a dadini; azionate l'apparecchio fino alla formazione di un composto a briciole. Unite l'uovo e il tuorlo e frullate fino a ottenere una palla di pasta omogenea. Avvolgetela nella pellicola e fatela riposare in frigo per 30 minuti.
● **2** Nel frattempo sbucciate le pere, tagliatele a metà, eliminate il torsolo, riducetele a fettine sottili e mescolatele con il succo del limone, lo zucchero, la scorza dell'arancia grattugiata e le mandorle in polvere. Riprendete la frolla e stendetela in una sfoglia dello spessore di 1/2 cm scarso; rivestite fondo e bordi di uno stampo da crostata di 22 cm di diametro con il fondo staccabile, bucherellate la pasta con una forchetta ed eliminate quella eccedente; riempite la base con le pere preparate e livellate la superficie.
● **3** Lavorate la farina con lo zucchero di canna e il burro tagliato a dadini fino a ottenere un composto a briciole, unite le mandorle tritate grossolanamente e distribuite il composto sulle pere. Cuocete la torta nella parte bassa del forno caldo a 180° per circa 40 minuti, lasciatela intiepidire, trasferitela su una gratella per dolci e fatela raffreddare. Spolverizzatela con poco zucchero a velo e servite.

FACILE ● **Preparazione 20 minuti + riposo** ● **Cottura 40 minuti** ● **450 cal/porzione**

CIAMBELLA AI DATTERI

PER 8 PERSONE
300 g di datteri + 2 per il decoro - 100 g di zucchero di canna - 370 g di farina - 1 cucchiaino di bicarbonato - 1 baccello di vaniglia - 200 g di burro - 4 uova - 1 cucchiaio di tè al bergamotto - miele di castagno - sale

● **1** Denocciolate 300 g di datteri e tagliateli a tocchetti. Versate 3 dl di acqua in una casseruola, unite la metà dello zucchero e portate a ebollizione. Cuocete lo sciroppo per 5 minuti, unite i datteri preparati e il baccello di vaniglia inciso nel senso della lunghezza e cuocete per 5 minuti. Filtrate lo sciroppo tenendo da parte i datteri, unite il tè e fate ridurre il tutto della metà, su fiamma vivace.
● **2** Montate 180 g di burro con lo zucchero rimasto, unite le uova uno alla volta, 350 g di farina setacciata con il bicarbonato e un pizzico di sale, i datteri tenuti da parte e lo sciroppo filtrato. Mescolate e versate il composto in uno stampo a ciambella di 22 cm di diametro, imburrato e infarinato con burro e farina rimasti.
● **3** Cuocete il dolce in forno già caldo a 180° per 40 minuti, sformatelo e lasciatelo raffreddare su una gratella. Decorate con i 2 datteri tenuti da parte denocciolati e tagliati a fettine, e qualche cucchiaio di miele di castagno.

FACILE ● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 50 minuti** ● **465 cal/porzione**

Piatto e paletta in vendita da Le Stanze della Memoria. Nella pagina accanto: alzata Cositabellini, tessuti Society. Indirizzi a pagina 6



CAKE DI UVETTA AL RUM

PER 8 PERSONE
300 g di uvetta mista - 60 g di zucchero di canna - 2 uova - 120 g di farina - 1/2 cucchiaino di lievito in polvere - 90 g di burro - 1 bicchierino colmo di rum - 2 cucchiai di marmellata di arance amare - sale

● **1** Trasferite l'uvetta in una grossa ciotola, unite il rum (tranne 2 cucchiai) e lasciatela marinare per 30 minuti, mescolando di tanto in tanto. Nel frattempo montate le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto spumoso.
● **2** Lavorate il burro finché è cremoso e unite la farina setacciata con il lievito, le uova montate e un pizzico di sale. Aggiungete l'uvetta scolata e mescolate.
● **3** Versate il composto in uno stampo da plum cake di 10x20 cm, rivestito con carta da forno, e cuocete il dolce nella parte centrale del forno già caldo a 160° per circa un'ora e 15 minuti. Verificate la cottura con uno stecchino, sformate il dolce e spennellatelo con la marmellata sciolta su fiamma bassa con i 2 cucchiai di rum tenuti da parte. Lasciate raffreddare e servite.

FACILE ● **Preparazione 25 minuti + riposo** ● **Cottura 1 ora e 20 minuti** ● **300 cal/porzione**





TATIN DI ANANAS E NOCI MACADAMIA

PER 8 PERSONE
200 g di farina - 80 g di zucchero semolato - 100 g di zucchero di canna - 80 g di gherigli di noce - 1/2 ananas - 3 uova - 1 cucchiaino colmo di lievito vanigliato in polvere - 1,5 dl di latte - 120 g di burro - sale

● **1** Pulite l'ananas, tagliatelo a fette, eliminate il torsolo e riducete la polpa a tocchetti. Sciogliete 50 g di burro in uno stampo del diametro di 20 cm, unite lo zucchero di canna e cuocete gli ingredienti su fiamma bassissima fino alla formazione di un caramello dorato. Unite i gherigli di noce tritati grossolanamente e la metà dell'ananas preparato e lasciate raffreddare.
● **2** Montate il burro rimasto con lo zucchero semolato, unite i tuorli separati dagli albumi e mescolate. Aggiungete la farina setacciata con il lievito, il latte e l'ananas rimasto e amalgamate gli ingredienti. Montate gli albumi con un pizzico di sale e mescolateli all'impasto con movimenti dal basso verso l'alto.
● **3** Versate il composto sulla base di caramello, ananas e noci e cuocete la torta in forno già caldo a 180° per circa 45 minuti. Verificate la cottura inserendo al centro uno stecchino che deve uscire asciutto, poi togliete la torta dal forno, fatela riposare 5 minuti e rovesciatela sulla gratella. Lasciate raffreddare e servite.

MEDIA ● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 45 minuti** ● **385 cal/porzione**

TORTA DI FICHI E FARINA GIALLA

(foto a pag. 81)

PER 8 PERSONE
1/2 litro di latte - 60 g di farina gialla tipo fioretto - 150 g di zucchero semolato - 4 tuorli - 200 g di fichi secchi - 2 cucchiai di brandy - 100 g di zucchero di canna

● **1** Montate i tuorli con lo zucchero semolato fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Portate il latte al limite dell'ebollizione in una casseruola, versatelo a filo sui tuorli e mescolate.
● **2** Trasferite di nuovo il composto nella casseruola su fiamma bassa e versate a pioggia la farina gialla, mescolando con una frusta per evitare la formazione di grumi. Cuocete fino alla ripresa del bollore e versate in una ciotola.
● **3** Tagliate la metà dei fichi a dadini e mescolateli al composto precedente; poi versate il tutto in uno stampo dai bordi lisci del diametro di 18 cm, rivestito con carta da forno. Cuocete la torta in forno già caldo a 180° per circa 40 minuti, verificando la cottura con uno stecco di legno che deve uscire asciutto. Sformate il dolce, trasferitelo su una gratella da pasticceria e lasciatelo raffreddare.
● **4** Nel frattempo sciogliete lo zucchero di canna in una casseruola con 2 dl di acqua, unite i fichi secchi rimasti e il brandy e cuoceteli per circa 20 minuti fino alla formazione di uno sciroppo denso. Scolateli e fateli raffreddare. Disponeteli sul dolce con parte del loro sciroppo e servite.

FACILE ● **Preparazione 20 minuti** c● **Cottura 1 ora e 10 minuti** ● **280 cal/porzione**

Tovaglia Society, piatto Cositabellini. Nella pagina accanto: piatto in vendita da Le Stanze delle Memoria. Indirizzi a pagina 6

Millefoglie di mele croccanti

SIMBOLO DELLA PIÙ ANTICA TENTAZIONE DEL MONDO, LA MELA SI ADEGUA ALLE NUOVE TENDENZE. E IN UN IDEALE PERCORSO ALCHEMICO CAMBIA LA SUA NATURA E SI TRASFORMA IN UN GIOIELLINO DI GUSTO

ospite nella nostra cucina Chiara Patracchini, a cura di Mariateresa Carlucci, foto di Michele Tabozzi




1


2


3



INGREDIENTI PER 10 PORZIONI
per la bavarese: 130 g di zucchero semolato - 4 mele renette (o 250 ml di succo centrifugato) - 7 ml di succo di limone - 10 g di gelatina in fogli - 250 ml di panna fresca
per le mele essiccate: 4 mele renette - 250 g di zucchero semolato - 25 g di burro - 50 g di zucchero di canna
per guarnire: spicchietti sottili di mela

● **1** Preparate il succo di mela per la bavarese: lavate le mele, asciugatele, tagliatele a metà e passatele nella centrifuga. ● **2** Preparate la bavarese: fate sciogliere lo zucchero in un pentolino con 120 ml d'acqua; unite il succo di mela e quello di limone, portate lo sciroppo a ebollizione, aggiungete la gelatina ammorbidita in acqua ghiacciata e strizzata, fate raffreddare il mix finché arriva alla temperatura di 37°, quindi incorporate la panna semimontata. Trasferite la crema in una tasca con bocchetta liscia e tenetela in frigorifero a rassodare per 2 ore almeno. ● **3** Preparate le mele essiccate: fate bollire per 5 minuti 250 ml d'acqua con lo zucchero semolato fino a ottenere uno sciroppo limpido e fluido. Lavate le mele e, senza sbucciarle, tagliatele a lamelle molto sottili con una mandolina. ● **4** Tuffate le rondelle poche alla volta nello sciroppo bollente per 30 secondi, scolatele con un mestolo forato e stendetele su alcune teglie di metallo molto fredde, in modo che le rondelle si induriscano subito per effetto dello choc termico e diventino croccanti. ● **5** Spennellate le mele con il burro fuso, cospargetele con lo zucchero di canna, infornatele a 120° per 1 ora e 30 minuti e lasciatele raffreddare. ● **6** Per completare: poco prima di servire, disponete una rondella su ciascun piatto e distribuitevi sopra la crema bavarese aiutandovi con la tasca, appoggiatevi sopra un'altra rondella e proseguite allo stesso modo fino a esaurire gli ingredienti, in modo da ottenere millefoglie composte da 4 strati di mele e 4 di crema. Guarnite con gli spicchiettini disposti a stella e servite subito, altrimenti le rondelle perdono croccantezza.

FACILE ● **Preparazione: 40 minuti + riposo** ● **Cottura: 1 ora e 40 minuti**

RICORDI DI SCUOLA
C'era una volta un'allieva della scuola alberghiera; frequentava il terzo anno e doveva preparare una ricetta come prova per l'esame di pratica. Voleva realizzare qualcosa di semplice, ma al tempo stesso particolare, che fosse buono, bello e originale. Insomma una creazione che le consentisse di fare un figurone. Puntò allora sulla mela, il frutto che da sempre è sinonimo di tentazione irresistibile. Nacque così questa particolarissima millefoglie che **Chiara Patracchini** (pasticciere al ristorante **La Credenza** di San Maurizio Canavese, Torino) ci propone questo mese. Una sintesi perfetta di quella che poi sarebbe diventata la "filosofia" di tutta la sua pasticceria: consistenza, croccantezza, cremosità e acidità!


4


5


6

● **1** Perfetto per gli intenditori, questo calice da degustazione è realizzato in vetro cristallino (linea Oenomust di Lemhann, 33 €). ● **2** La stessa linea di Lemhann propone anche il decanter da 1,5 litri (51 €). ● **3** Tradizione e innovazione si fondono nell'eleganza del calice con stelo nero in cristallo soffiato (Burgundy Grand Cru Black Tie, 80 €). ● **4** Bicchiere inalatore, set di 16 ampolline con essenze di vino e 2 vassoi: per gustare i profumi dei vini più famosi (Symphonie du vin n° 1 di Peugeot, 180 €). ● **5** Raffinati e originali, i due bicchieri sono realizzati silverplated e presentati i una scatola di legno (Pampaloni, linea Anglia, 255 €) ● **6** Intramontabile decanter classico in vetro con fondo concavo da 1,5 litri (WMF 39,10 €).

Stappa e bevi

CALICI, DECANTER, CAVATAPPI... QUANDO SERVIRE IL VINO DIVIENE UN GESTO DI CLASSE

a cura di Alessandro Gnocchi, servizio di Patrizia Cantoni, testo di Fiammetta Bonazzi, foto di Marco Azzoni/MDA

"Il vino è poesia imbottigliata", scriveva Robert Louis Stevenson. E proprio perché si tratta di una sostanza tanto preziosa, non può essere servito senza seguire un cerimoniale preciso. Il galateo prescrive che si porti in tavola la bottiglia sigillata, con l'eccezione dei vini a lungo invecchiamento, che si stappano prima del pasto con l'anticipo di un'ora per ogni anno trascorso dalla data della vendemmia. Per i rossi più corposi, però, è d'obbligo il decanter: una caraffa di vetro o cristallo dove il vino sarà travasato per essere ossigenato e valorizzarne il colore e l'aroma.

Di forma più o meno panciuta a seconda dell'invecchiamento del vino, il decanter va presentato assieme ai calici; se un tempo il bon ton imponeva che fossero trasparenti e soffiati a mano (solo per il dessert era ammesso il colore), ora la

> segue a pag. 92





● 1 Utile per estrarre l'aria dalla bottiglia evitando che il vino si ossidi, questa pompa è realizzata in acciaio (Screwpull WA 137, 38,90 €). **● 2** Ingegnoso ed elegante apribottiglia per spumante che permette di rimuovere capsula, gabbietta e tappo con una sola operazione (Pinza Champ-easy, 14,30 €). **● 3** Punta tutto sull'essenzialità questo cavatappi munito di spirale in acciaio e di impugnatura in gomma (Eva Solo, 27,50 €) **● 4** Termometro esterno adattabile a bottiglie di qualunque dimensione (Tescoma, Uno Vino, 7,90 €). **● 5** Il versatile apribottiglia "strappasvita" è adatto alle bottiglie con tappo a corona oppure a vite (Quick di Artis, 20 €). **● 6** Perfetto anche per i grandi formati, questo cavatappi si regge senza supporti e può stare elegantemente sulla tavola (Baltaz di Peugeot, 83 €), **● 7** La versione "Queen's Guard" è una delle molte proposte per l'originale cavatappi disegnato da Alessandro Mendini, ogni anno proposto in tiratura limitata (Alesanndro M. di Alessi, 58 €).

> segue da pag. 91

riserva si scioglie a favore di eleganti modelli di vetro nero o addirittura in ottone argentato, che combinano in un unico oggetto la funzione di bicchiere e taste vin. E se gli intenditori che non vogliono lasciare nulla al caso possono controllare la giusta temperatura con termometri praticissimi, ora c'è una consolazione anche per gli astemi. Costoro potranno almeno godere delle essenze dei vini più famosi grazie a un ingegnoso bicchiere inalatore (per esempio quello nero, nella pagina precedente).

Casuale non può essere neppure la scelta del cavatappi, di design e bello al punto da poter "presenziare" a tavola: in acciaio o alluminio, sarà manuale o a pompetta, specifico per i tappi di sughero o per le "gabbiette" di champagne. Tutto per celebrare con classe la festa dei sensi.

Tempo di spumanti

ITALIANI, ELEGANTI E IMPREVEDIBILI, SI PRESTANO A VERSATILI ACCOSTAMENTI. PER CAPODANNO E NON SOLO

FOTO STOCKFOOD

a cura di Barbara Roncarolo, testi di Sandro Sangiorgi

SPECIALI PER VOCAZIONE

Le bollicine sono uno dei simboli delle feste. E quelle italiane hanno via via guadagnato prestigio, grazie alla vocazione di alcuni territori e alla disponibilità di particolari varietà di uva a lasciarsi spumantizzare, senza perdere la propria identità. In particolare la nostra selezione dedicata al Capodanno ci conduce in territori originali e poco frequentati, dove le aziende hanno optato coraggiosamente per soluzioni scarsamente commerciali, scegliendo di custodire i vigneti in modo naturale e di lasciar seguire un corso genuino alla trasformazione da mosto in vino.

ECLETTICI E MAI NOIOSI

I quattro vini scelti restituiscono l'intimità dei luoghi di produzione, presentandosi come piacevolmente imprevedibili: sanno cioè evolversi in bottiglia e, soprattutto, nel bicchiere, in modo da non essere mai monotoni e ripetitivi. Gli spumanti che suggeriamo, tutti sani e digeribili, sono disponibili a sposare il cibo, ma si fanno apprezzare anche da soli. Ognuno di loro ha una personalità ben precisa, tuttavia è la spiccata versatilità gustativa che ci permette di immaginarli in accostamento a piccole e grandi preparazioni salate.

ABBINAMENTI CHIC

Su crudi sfiziosi e vol-au-vent caldi, si distinguono il Pignoletto e il Prosecco. Con cibi di apertura più elaborati è perfetto il Trento Rosé. Mentre con formaggi stagionati e di pregio come il tradizionalissimo Parmigiano Reggiano, si può optare per il Millesimato dell'Oltrepò. L'unica parte del pasto esclusa da questi abbinamenti è il dessert, che merita uno spumante o un vino dolce, in modo da rispettarne la natura morbida e avvolgente.



TRENTO DOC ROSÉ

Azienda agricola Balter, Rovereto (TN) 0464 430101; 19 €.
Ottenuto da Pinot Noir in purezza, sta diventando un classico per chi ama la sapidità del suolo trentino. Si accosta con pâté di cacciagione, insaccati stagionati e carni rosse.

PIGNOLETTO SPUMANTE

Colli Bolognesi, Vigneto San Vito di Federico Orsi, Monteveglio (BO), 051 964521; 10 €.
Un vino leggiadro, ideale come aperitivo. La tecnica di spumantizzazione, il metodo Charmat, illumina gli aspetti giovanili del vitigno. Spontaneità dei profumi e fragranza sono il risultato della sua essenza naturale.

BRUT MILLESIMATO

Torti, Oltrepò Pavese, Montecalvo Versiggia (PV), 0385 99763; 13 €.
Nasce in un territorio che riscopre la sua vocazione anche attraverso gli spumanti metodo classico. La fusione tra Chardonnay e Pinot Noir lo rende perfetto per un pasto complesso.

VALDOBBIADENE

Prosecco Metodo Classico Follador, S. Stefano di Valdobbiadene (TV), 0423 900295, 25 €.
Realizzato con il metodo della rifermentazione in bottiglia, è asciutto e nei profumi restituisce un'idea del Prosecco più vicina alla sua origine territoriale.

Slalom sulle piste dei sapori

CON GLI SCI AI PIEDI, TOUR IN QUOTA TRA PANORAMI MOZZAFIATO E RIFUGI CHE OFFRONO GOLOSE SPECIALITÀ DI MONTAGNA

testo di Paola Mancuso, in cucina Claudia Compagni, foto di Alkèmia, stylist Stefania Aledi





Sopra, il rifugio Belvedere (Champoluc, Val d'Ayas) si trova a 2.400 m, sulla pista con lo stesso nome che collega Frachey a Champoluc, all'interno del comprensorio Monterosa ski. A destra il proprietario Giacomo Devoto.



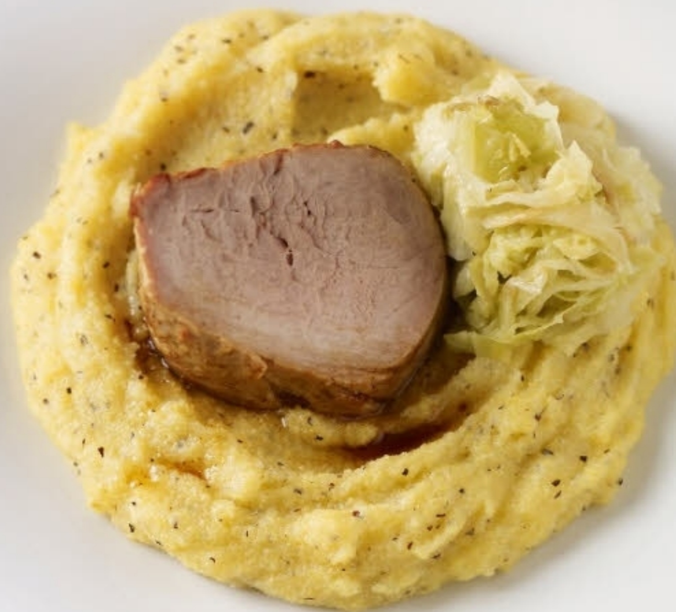
In alto, Nicola Viel, chef del ristorante El Filò (Pozza di Fassa, Val di Fassa) con la moglie, che gestisce la sala. A destra, il rifugio Bioch (La Villa, Alta Badia), all'arrivo dell'omonima seggiovia. Qui accanto, lo chef del Bioch, Goffredo Valentini, tra i protagonisti del programma Sciare con gusto e dell'Audi Chef's Cup Südtirol, appuntamento gourmand dal 20 al 25 gennaio (www.chefscup.it).





Per gli appassionati dello sci, la classica sosta a bordo pista non è più sinonimo di rustici spuntini a base di pane e salsiccia. I migliori prodotti tipici delle nostre valli alpine vengono sempre più spesso elaborati da chef talentuosi che rendono irrinunciabile la pausa pranzo più per il gusto che per tirare il fiato. Gli sciatori che prediligono le discese delle valli d'Ayas o di Gressoney (Val d'Aosta) non possono mancare un pit stop al Belvedere, rifugio sulla pista omonima che collega Frachey a Champoluc, dove Giacomo Devoto prepara piatti utilizzando fontina, farina biologica macinata a pietra, patate di Arnad, prosciutto cotto alla brace e altre prelibatezze del territorio. Intorno, le spettacolari vette del massiccio del Rosa e il reticolo di 180 km di piste del Monterosa Ski.

> segue a pag. 97



Filetto di maialino salmistrato con polenta di Storo e verza

El Filò, Pozza di Fassa (Tn) pag. 96

TAGLIATELLE DI FARINA DI CECI CON CAPRIOLO E PORCINI

PER 4 PERSONE
per la pasta: 130 g di farina 00 - 90 g di farina di ceci - 45 g di farina di semola - 2 tuorli - 2 uova - sale
per il ragù: 1/2 spalla di capriolo (400 g) - 1/2 sedano rapa - 2 carote - 3 cipolle rosse - 10 bacche di ginepro - 10 grani di pepe nero - 2 dl di gin - 4 dl di vino rosso - 1 cucchiaio di concentrato di pomodoro - 2 foglie d'alloro - 3 l di brodo ristretto di vitello
per completare: 150 g di polpa di coscia di capriolo - 3 foglie di melissa - 100 g di porcini freschi + 2 interi tagliati a metà - 1 spicchio d'aglio - vino bianco - prezzemolo tritato - olio extravergine d'oliva - Graukäse (formaggio grigio stagionato; in alternativa, formaggio di capra)

● **1** Impastate gli ingredienti, formate una palla, fatela riposare in frigo per 2 ore, stendetela e ricavate le tagliatelle.
● **2** Rosolate la spalla di capriolo in poco olio; toglietela e, nella stessa casseruola, soffriggete le verdure tagliate a dadini. Aggiungete il concentrato di pomodoro e sfumate con il gin e il vino rosso. Bagnate con il brodo, immergetevi la carne con le spezie, portate a ebollizione e cuocete a fuoco lento per circa un'ora e mezza. Togliete la carne dal liquido di cottura, sfilacciatela e tenetela in caldo. Fate ridurre il liquido e filtratelo.
● **3** Cuocete i 100 g di porcini in poco olio con lo spicchio d'aglio, sfumate con il vino bianco e unite il prezzemolo tritato. Grigliate le 4 metà di porcini.
● **4** Scaldate un filo d'olio in una padella capiente e rosolatevi la polpa di capriolo tagliata a pezzetti regolari. Aggiungere la salsa preparata e la spalla sfilacciata. Lessate le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele e unitele al condimento. Cospargete con la melissa e un filo d'olio. Completate con il formaggio grattugiato e guarnite con i mezzi porcini alla griglia.

MEDIA
● **Preparazione 1 ora** ● **Cottura 3 ore**
● **640 cal/porzione**

SOUFFLÈ DI PATATE CON FONDUTINA E MELE ALLA SALVIA

PER 6 PERSONE
500 g di patate di Arnad - 4 uova + 1 tuorlo - 70 g di prosciutto cotto valdostano (o cotto di Parma) - 550 g di fontina - brandy - 50 g di parmigiano reggiano grattugiato - 500 ml di panna fresca - 70 g di burro - 2 mazzetti di salvia fresca - noce moscata (o ginepro) - 2 mele renette - sale - pepe

● **1** Lessate le patate, sbucciatele e passatele allo schiacciapatate. Unitevi le uova sbattute, 50 g di fontina e il prosciutto ridotti a dadini, il parmigiano, sale e pepe. Aggiungetevi panna sufficiente per ottenere un composto spumoso, non troppo liquido. Distribuitelo in 6 stampini da sounfflè unti di burro. Cuocete a bagnomaria nel forno già caldo a 180° per 40 minuti.
● **2** Sbucciate le mele e tagliate in 4 spicchi. Fate fondere 50 g di burro in una padella antiaderente e saltatevi le mele con qualche foglia di salvia e 1 macinata di pepe nero. Fiammeggiate con il brandy e aggiungete acqua sufficiente per creare un'emulsione.
● **3** Preparate la fonduta. Riunite in un pentolino la fontina e la panna rimaste e cuocete a fuoco basso mescolando continuamente. Prima di servire, incorporate il tuorlo e aromatizzate a piacere con pepe nero e noce moscata (o ginepro). Guarnite con salvia fritta.

FACILE
● **Preparazione 40 minuti** ● **Cottura 1 ora e 15 minuti** ● **705 cal/porzione**



Soufflè di patate con fondutina e mele alla salvia
Rifugio Belvedere, Champoluc (Ao)

FILETTO DI MAIALINO SALMISTRATO CON POLENTA DI STORO E VERZA

PER 4 PERSONE
1 filetto di maialino - sale nitrato (si può richiedere nelle macellerie o salumerie) - zucchero - rosmarino - cannella in stecche - scorza di limone - 1/2 verza - 1/2 cipolla - brodo vegetale - 150 g di farina gialla di Storo (varietà trentina, nei negozi di gastronomia) - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Mettete la carne in salamoia. Per ogni kg di filetto mettete in una pentola 300 g d'acqua con 15 g di sale nitrato, 10 g di zucchero, un pezzo di cannella, 2 rametti di rosmarino e 2 pezzetti di scorza di limone. Fate bollire qualche minuto, poi spegnete. Quando la salamoia è a temperatura ambiente (circa 20°) immergetevi la carne, coprite e lasciate riposare in frigo per 24 ore.
● **2** Pulite la verza e tagliatela a julienne. Tritate fine la cipolla, fatela appassire in un filo d'olio in una casseruola, aggiungete la verza e cuocete coperto per circa un'ora e mezza a fuoco basso, mescolando e aggiungendo un po' di brodo di tanto in tanto. Salate, e pepate e mettete da parte.
● **3** Preparate la polenta: versate a pioggia la farina in un paiolo di rame con 0,8 litri d'acqua bollente salata e cuocete per circa un'ora (i primi 15 minuti con il coperchio), mescolando di tanto in tanto.

MEDIA
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 2 ore e 30 minuti** ● **315 cal/porzione**

In queste pagine, tavolo La locanda, poltroncina Gossip e tappeto Sampler di Calligaris; posate, piatti e bicchieri Rosenthal Studio Line, tovagliolo scozzese e coperta Coin. Indirizzi a pag.6



Tagliatelle di farina di ceci con capriolo e porcini
Rifugio Ütia de Bioch, La Villa(Bz)

> segue da pag. 95

Anche le raffinate creazioni di Nicola Vian, chef di El Filò a Pozza di Fassa (Tn) esaltano le specialità locali, dalla tipica polenta di Storo ai formaggi. Tra i suoi cavalli di battaglia, lo strudel croccante ripieno di speck e fontal val di Fassa o il risotto mantecato al casolet (formaggio a pasta molle, di sapore dolce e delicato) della val di Fiemme. Poco distante dal ristorante, per chi vuole provare l'emozione dello sci notturno c'è lo Skistadium Aloch, la pista nera dove si è da poco tenuta la Coppa Europa di slalom speciale maschile, illuminata a giorno tre sere alla settimana.

In Alto Adige, il paradiso dello sci è l'Alta Badia: 130 km di piste e 53 impianti ai piedi delle splendide cime delle Dolomiti. Da anni si conferma come il territorio alpino con la più alta concentrazione di cuochi stellati, una vera enclave di alta cucina ad alta quota, insomma. I plus della valle da anni catturano gli sportivi buongustai con "Sciare con gusto", una serie di iniziative enogastronomiche in programma per tutta la stagione invernale. Come lo skitour Santa Croce: comode seggiovie permettono di fare tappa, senza mai togliere gli sci, in 8 rifugi per assaggiare specialità ladine abbinate ai vini altoatesini. Novità di quest'anno è Slope food (versione "in pista" dello street food): 12 rifugi offrono le delizie ideate da 12 chef, tra cui il "guru" Norbert Niederkofler (2 stelle Michelin), che ha pensato il suo piatto gourmet a base di tartara di salmerino per il rifugio Ütia de Bioch (a quota 2079 m) di Goffredo Valentini, a La Villa. Il panorama, spettacolare, è quello della "regina" delle Dolomiti, la Marmolada.

Info: **www.rifugiobelvedere.net; www.elfilo.com; www.bioch.it ;www.altabadia.org**

Le due anime di Lione

CITTÀ ANTICA MA ANCHE MODERNISSIMA, CULLA DELLA CUCINA RUSTICA E DI QUELLA PIÙ RAFFINATA, VIVE DI UNA SPLENDIDA DOPPIEZZA. PERSINO I FIUMI CHE LA BAGNANO SONO DUE

a cura di Cristiana Cassé, testi di Enrico Saravalle, realizzazione e foto dei piatti di Ilva Beretta



Accanto, l'imponente basilica di Notre Dame che domina la cttà dalla collina di Fourvière. In alto, il ponte Saint George sulla Saona.

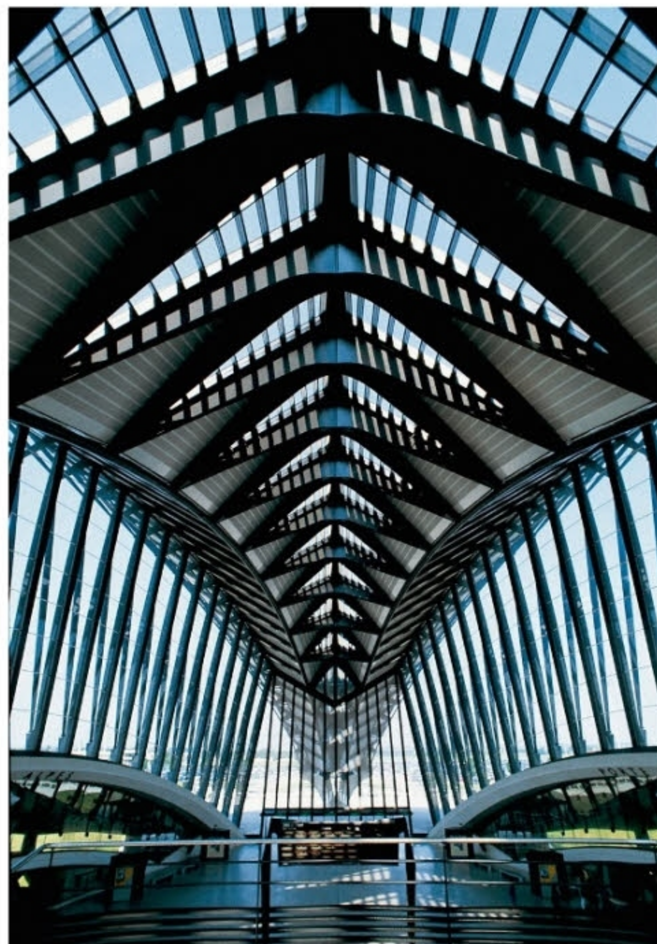
Tra arte e storia, palazzi rinascimentali e architetture postmoderne, vicoli acciottolati e lunghi boulevard, una vacanza a Lione è una sorpresa continua. Intrigante e maliarda come tutte le città attraversate da un fiume ("lei" ne ha addirittura due, il Rodano e la Saona), si lascia scoprire senza problemi: basta partire dalla Vieux Lyon, il quartiere rinascimentale (dichiarato patrimonio dell'umanità dall'Unesco), fatto di vicoli, piazzette, bistrot, bar à vin e mille passaggi segreti (i traboules) che attraversano i cortili come in un gioco e portano in un istante da una parte all'altra di un isolato. Il monumento più celebre è la cattedrale di Saint Jean, una chiesona gotica con vetrate coloratissime, portali decorati, un rosone gigantesco e un curioso orologio astronomico che suona solo alle 12, alle 14, alle 15 e alle 16 e aziona un carillon popolato di angioletti, santi e soldatini. Da vedere anche le dimore aristocratiche della rue St-Jean (un museo all'aperto che nel '500 era abitato da banchieri, mercanti e nobili), la Cour des Loges (trasformata in un raffinato hotel de charme) o la Maison du Crible, conosciuta come la Tour Rose per la sua torre circolare intonacata di rosa. Poco distante, in place du Petit Collège, ecco l'Hotel de Gadagne, che oggi ospita il Museo di Storia della città: nel '500 era l'abitazione sontuosa di banchieri fiorentini che non si facevano mancare nulla, neppure degli eleganti giardini pensili, ancora visibili, da cui si gode di una vista impareggiabile sulla centro storico. Per una panorama a 360° su tutta la città, sui parchi, sui fiumi, sulla Presq'île (la penisola formata da Rodano e Saona) e sul gigantesco grattacielo che domina Lione, basta salire sulla collina di Fourvière, dove si trovano la basilica di

> segue a pag. 102



GETTY IMAGES / TIPS IMAGES / ATOUT FRANCE - PHOVOIRE

Sotto, l'avveniristica statione del TGV (la linea ferroviaria francese ad alta velocità) all'interno dell'aeroporto di Lione.





CREMA DI FORMAGGIO ALLE ERBE

PER 6 PERSONE
250 g formaggio fresco o ricotta - 3 cucchiai di aceto di vino bianco - 3 cucchiai di vino bianco secco - 200 ml di panna fredda - 2 scalogni - 1 mazzetto di prezzemolo - 1 mazzetto di cerfoglio - 1 mazzetto di erba cipollina - 60 ml di olio extravergine d'oliva - pane integrale o di segale - sale - pepe

● **1** Se utilizzate la ricotta, mettetela a sgocciolare in un piccolo scolapasta qualche ora prima di iniziare la preparazione. Trasferire il formaggio in una scodella e lavoratelo con una forchetta aggiungendo l'olio, l'aceto e il vino bianco.
● **2** Montate la panna e incorporatela al formaggio. Quindi unite gli scalogni e tutte le erbe tritati, salate e completate con una macinata di pepe. Mettere in frigorifero a rapprendere e servite con il pane a fettine.

FACILISSIMA
● **Preparazione 20 minuti** ● **255 cal/porzione**



Sopra, una veduta di Lione dalla basilica di Notre Dame de Fourvière. Sotto, rue des Marronniers: fitta di ristorantini, è un esempio della movida lionese. Più in basso, L'Est uno dei bristrot del grande chef Bocuse. In alto a destra, la fontana Bartholdi e il palazzo comunale, in piazza Terreaux.



GETTY IMAGES / TIPS IMAGES





> segue da pag. 100

Notre Dame (col suo curioso mix di stili, dal bizantineggiante al neogotico) e la Tour Métallique, mini-clone della più celebre Tour Eiffel parigina. Dalla basilica si intravvedono anche le rovine del Parc Archéologique, che racconta la storia dell'antica Lugdunum romana e, con un salto temporale impressionante, si ammira la Lione del terzo millennio, che vive e pulsa nella Cité Internationale, uscita dalla matita geniale di Renzo Piano: è realizzata sulla Rive Gauche del Rodano con un mega Centro Congressi, il Musée d'Art Contemporain, i nuovi complessi residenziali e la Salle 3000, un anfiteatro che sembra ispirato alle architetture dell'antica Roma.

La patria europea della seta

Per descrivere l'anima di Lione, non si può non parlare di seta: proprio nella città vecchia, infatti, avevano i loro atelier i canuts, i tessitori, che realizzarono, a partire dal '500, le più belle sete d'Europa. Nell'800 i laboratori furono traslocati verso il quartiere della Croix Rousse, dove oggi la Maison des Canuts, in rue d'Ivry, è l'ecomuseo vivente della tessitura lionese, con tanto di vecchi telai Jacquard ancora in funzione. Da non perdere anche il Musée des Tissus: nel settecentesco Hotel Villeroy, con arazzi, tappeti e stoffe da tutto il mondo.

Dai grandi chef alle imperdibili osterie

Per capire l'inclinazione lionese per la buona tavola, basti dire che qui ha avuto battesimo la nouvelle cuisine e che qui regna monsieur Paul Bocuse (tra i più grandi chef nel mondo). La cucina lionese più verace è, però, quella legata alla charcuterie: la rosette (salame stagionato), il saucisson à cuire (salame cotto con pistacchi o tartufato), il jésus (insaccato di carne secca), il sabodet (testa di maiale tritata e cotenna). Il tutto servito nei bouchon, le trattorie ruspanti che offrono piatti "poveri" e gustosi. Ma il cuore goloso di Lione batte anche a Les Halles Bocuse (gli ipermoderni mercati generali), con una sfilata di negozi pieni di meraviglie: dai salumi ai pollami, dai pesci ai formaggi, dal pane al cioccolato fino agli irresistibili dolci.

POLLO ALL'ACETO

PER 4 PERSONE
1 pollo di 1,5 kg in 8 pezzi - 2 pomodori - 250 ml di panna - 25 g di burro - 6 spicchi di aglio - 6 cucchiai di aceto - 250 ml di vino bianco secco - 2 pizzichi di zucchero - 1 cucchiaio di senape forte - 1 cucchiaio di olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Scottate i pomodori in acqua bollente, sgocciolateli, eliminate la pelle e i semi e tritate la polpa.
Salate e pepate il pollo. Scaldate l'olio in una padella e fatevi sciogliere il burro. Unite il pollo e gli spicchi di aglio sbucciati, fate rosolare per 10 minuti e sfumate con l'aceto. Aggiungete quindi il vino, i pomodori, lo zucchero, sale e pepe e proseguite la cottura per 45 minuti mescolando ogni tanto.
● **2** Mescolate la panna con la senape. Togliete il pollo dalla padella e tenetelo in caldo.
Con un setaccio filtrate il fondo di cottura facendolo colare in una tazza e schiacciando bene l'aglio.
● **3** Versate nuovamente il liquido ottenuto nella padella e fatelo restringere a fuoco alto per 5 minuti. Unite la crema di panna e senape e lasciate bollire sempre a fuoco alto per altri 2 minuti, in modo da ottenere una salsa densa e cremosa. Versatela sul pollo e servite subito. Se vi piace, accompagnate con verdure bollite di gusto delicato (patate, fagiolini, topinambur, carote, finocchi).

FACILE
● **Preparazione 25 minuti** ● **Cottura 1 ora e 10 minuti**
● **760 cal/porzione**





GETTY IMAGES

Sopra, un gigantesco e iperrealistico trompe l'oeil sul muro di una casa. Sotto, il grattacielo del Credito Lionese. Accanto, il Montée de Chazeud, uno splendido percorso a scale da cui si può ammirare la città e la cattedrale di Saint Jean.





TORTA DI CIPOLLE

PER 6 PERSONE
400 g di pasta di pane (se desiderate una torta più sottile e croccante, utilizzate la pasta brisée) - 500 g di cipolle dorate - 250 g di formaggio fresco - 2 uova - 4 pizzichi di noce moscata grattugiata - 125 ml di panna - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Scaldate 2 cucchiai di olio in una padella, unite le cipolle a fettine e fatele rosolare per 10 minuti a fuoco basso. Con una forchetta lavorate il formaggio con la panna, la noce moscata, sale e pepe. Rompete le uova in una tazza, sbattetele leggermente e aggiungetele al composto di formaggio. Quindi incorporare le cipolle tiepide.
● **2** Ungete leggermente una teglia di 35 per 22 cm. Stendete la pasta di pane sul piano di lavoro infarinato e poi sistematela nella teglia. Coprite con il composto alle cipolle e cuocete in forno a 215° per 30 minuti.

FACILISSIMA
● **Preparazione 25 minuti** ● **Cottura 40 minuti**
● **410 cal/porzione**


CUBO IMAGES



Sopra, uno degli irresistibili banchi all'interno di Les Halles Bocuse, il mercato generale. Accanto, il ristorante del maestro Paul Bocuse, che vanta tre stelle Michelin dal 1965. È poco fuori Lione (verso nord), in rue de la Plage 40, a Collonges au Mont d'Or.



TACCUINO DI VIAGGIO

CAVEAU CROZET PRALUS, rue du Boeuf 12. Nella vieux Lyon, tra architetture hi tech, scelta insospettabile di cioccolato, praline e distillati ad hoc.

L'EPICERIE, rue de la Monnaie 2. Arredi anni '50 con colonna sonora d'epoca (Piaf, Becaud, Greco) per un break goloso: da provare le tartine al formaggio di capra o al pâté casalingo e le torte alla frutta.

CAFÈ DES FÉDÉRATIONS, rue Major Martin 8. Tavolini con tovaglie a quadretti bianchi e rossi, decorazioni a tema (maialini ovunque) e menu ruspante: andouillette (una salsiccia di trippa), coniglio alla senape, la cervelle de canut (a base di formaggio fresco).

AUX TROIS COCHONS, rue des Marronniers 9. Tipico bouchon, rinomato per le spécialités de cochonnoiles, come assicura il menu a tutto maiale.

DANIEL ET DENISE, rue de Créqui156. Trattoria dove la cucina dei bouchon diventa raffinata e leggera e propone piatti come il pâté in crosta al foie gras e il controfiletto di Angus al pepe nero e Cognac.

BRASSERIE "L'EST", gare des Brotteaux. Uno dei bistrot a prezzi abbordabili di Paul Bocuse. Location suggestiva (una vecchia stazione) e menu prezioso: lumache, gamberi, capesante, scaloppe di foie gras.

LES HALLES BOCUSE (il mercato generale), ours Lafayette 102. Una distesa di banchi colmi di ogni golosità. Si ricordano, la Fromagerie Richard (strepitosi Vacherin, Reblochon, Saint-Marcellin e poi 34 tipi di formaggio di capra), la Charcuterie Sibilia (eccellente foie gras e ottimi salumi come cervellata, salame cotto al tartufo o pistacchi, sabodet) e Gast (ancora salami e salumi, da provare quelli extrasmall da aperitivo insaporiti con paprika, formaggio, pistacchio).

SALE&PEPE SHOPPING

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA



DA SIMPLY "MASTRO PASTICCERE"

Il dolce di Natale ha tutto un altro gusto se è firmato "Mastro Pasticcere" by Simply; dalla più antica tradizione pasticcera arriva, tra gli altri, il Panettone Classico, preparato secondo la tradizionale ricetta.



CONSORZIO VIRGILIO

Il Consorzio Virgilio propone come idea regalo delle confezioni di Parmigiano Reggiano D.O.P. con un coltellino adatto. Il Consorzio Virgilio, attraverso la vendita delle confezioni natalizie, continua a sostenere la ricostruzione dei caseifici loro consociati danneggiati dai terremoti.



RECIOTO DI SOAVE DOCG SARTORI

È un vino di colore giallo dorato, profumo complesso di miele, vaniglia e frutta essicata, sapore morbido e piacevolmente dolce con retrogusto amarognolo di mandorla. Si accompagna splendidamente a formaggi maturi e alla pasticceria secca; può essere degustato come vino da meditazione.



LAVAZZA FAVOLA™

Lavazza, in collaborazione con Electrolux, presenta Favola. Una forma essenziale e sofisticata, una tecnologia di ultima generazione, dalla resa professionale. Dotata di un sistema di auto-spegnimento, permette di preparare espresso, caffè lungo, cappuccino, latte macchiato e tante altre bevande calde.



PANETTONI CAFFAREL

Caffarel presenta una ricca proposta di ricette natalizie, preparazioni lievitate naturalmente per 48 ore, garanzia di fragranza e sofficità. Fa parte della linea l'antica ricetta del Milanese Basso, presentata in un'esclusiva confezione e accompagnata da un prestigioso piatto in ceramica decorata firmato Thun.



PROFUMO D'OLIVA PIERO GONNELLI

Racchiuso in un cofanetto ricercato, "Profumo d'Oliva" è un olio extra vergine d'oliva di qualità superlativa, pensato e firmato da Piero Gonnelli, patron di Gonnelli 1585. Particolarmente profumato, caratterizzato da toni erbacei decisi, è un "grand cru" di elevate qualità.



CESTE ALTROMERCATO

Scegliendo i prodotti Altromercato dai più valore al tuo Natale, con i prodotti del Commercio equo e Solidale, biologici e di ottima qualità. Le selezioni di prodotti proposte sono un'ottima soluzione per un dono utile, sfizioso e a piccoli prezzi; in più contengono il calendario 2013.



CONFEZIONI NATALIZIE FERRARI

Novità per il Natale 2012, l'abbinamento del "Parmigiano Reggiano DOP – prodotto di Montagna Ferrari" stagionato 30 mesi con birra artigianale di qualità che amplia la linea "Percorsi di degustazione". L'effervescenza, la presenza di malto e le note amare esaltano l'aroma deciso e intenso del formaggio.



BARBECUE WEBER

Pratico e trasportabile, in un colore trendy, il Weber Q1140 seduce per la sua affidabilità e la sua sicurezza. La manopola facilita l'accensione e la regolazione della temperatura, per un controllo perfetto della cottura. L'uso dell'alimentazione elettrica si abbina perfettamente alle terrazze di città.

Capodanno 2.0(13)

SIAMO ANDATI A SCOPRIRE COME SI FESTEGGIA SUL WEB, SCEGLIENDO TRA I BELLISSIMI BLOG CHE CI AVETE SEGNALATO VOI. E NON È CHE L'INIZIO: CI ASPETTA UN ANNO DI SORPRESE!

di Barbara Roncarolo



DOLCI PENSIERI

Sul **dolcipensieri.wordpress.com** ci sono gli originali appetizer che Serena porterà in tavola per Capodanno. La festa, così come le foto del sito, sono da acquolina: «Siamo con gli amici in taverna fra buon cibo e giochi con i bimbi. Ci sono tante preparazioni diverse e il giusto imbarazzo nella scelta, perché si deve assaggiare tutto!».



La barchetta di carta di zucchero
Zucchero e pasticci nella cucina di Lara

LA BARCHETTA DI CARTA DI ZUCCHERO

«Con chiasso e allegria, si fa tutto senza troppa fatica» per Lara (**labarchettadicartadizucchero.com**) il cenone con gli amici è un must. Alle ricette ci pensa lei, e sul suo blog ce ne sono di interessanti e curate fin nei dettagli. Ma per la cena tutti fanno la loro parte: «I miei figli si occupano dei lavoretti importantissimi che però nessuno vuole fare, tipo pelare le patate. Gli uomini vengono messi a girar risotti».





ASINO CHI LEGGE ANCORA

Le ricette di Elvira, tutte appetitose e fotografate passo per passo, sono condite da ironiche considerazioni sulla vita di tutti i giorni. Leggere il suo blog (**asinochileggeancora.com**) e le avventure di Lei, Lui e il Peloso (il cane) mette di buon umore. E, soprattutto, consente di trovare spunti chic per il cenone di Capodanno a chi vuole preparare piatti semplici, ma di sicuro effetto.



GHIOTTONERIE - LA PASSIONE IN CUCINA

«Il 31 la cena parte verso le 20, quando tutti iniziano a sbocconcellare il mio centrotavola di pan brioche a forma di grappolo d'uva. Ma i preparativi in cucina fervono dalle 16 con sorelle e cognate. Naturalmente anche mio marito e i miei figli hanno un ruolo fondamentale». Il menu di Antonella è ricchissimo come il suo blog (**ghiottonerie.altervista.org**): piatti di mare e squisitezze pugliesi sono veri protagonisti.



verzamonamour

VERZA MON AMOUR

Anna e Giorgia sono quella che verrebbe definita una coppia ben assortita: milanese super ordinata la prima e napoletana, disordinata e appassionatissima di cucina la seconda. Il risultato è un blog (**verzamonamour.com**) tutto da "sfogliare" proprio come si fa con la verza. Per Capodanno Giò non ha dubbi: «Si cucina il cappon magro!» Ma si comincia anche con stuzzichini e finger food sfiziosi, per finire poi con dolci al cioccolato e lamponi.



Venite a trovarci su facebook.com/saleepepemagazine e segnalateci il vostro blog

Tre tagli da bollito

PUNTA DI PETTO, BIANCOSTATO E REALE, SAPORITI ED ECONOMICI, SONO TRA I PIÙ INDICATI PER QUESTO TIPO DI COTTURA

di Miriam Ferrari, in cucina Livia Sala, foto di Maurizio Lodi







LA PUNTA DI PETTO

● È costituita dai muscoli pettorali del bovino che hanno come base lo sterno. Questo taglio è diviso in due parti: anteriore, o fiocco, e posteriore o punta di petto vera e propria. Prima della cottura è consigliabile eliminare lo strato di pelle all'esterno scalcandolo con un grosso coltello. Si utilizza preferibilmente per bolliti ma la sua struttura, che alterna polpa, grasso, cartilagini e connettivo, la rende adatta anche per arrosti.

IL BIANCOSTATO

● Si ricava dalla parte compresa tra le costole e i relativi muscoli dorsali. Di forma appiattita, abbastanza grasso e molto saporito, comprende cartilagini e ossi che consentono di ottenere un ottimo brodo: si utilizza infatti soprattutto per bolliti. Prima della cottura si può eliminare l'eccesso di grasso e legarlo per mantenerlo compatto. Dalla sua polpa, tagliata a tocchetti, si ottengono anche ottimi spezzatini













IL REALE

● Si ottiene dai muscoli che coprono le prime cinque vertebre dorsali anteriori. È formato, in parti pressappoco uguali, da osso, carne e grasso; ricca di succhi saporiti, la polpa deve presentarsi tenera ma non molle, segno di una frollatura troppo prolungata. È adatto alle lunghe cotture (bolliti, brasati, stracotti), ma dopo averlo disossato e sgrassato si possono ottenere arrosti morbidi e saporiti. I macellai lo utilizzano anche per preparare hamburger e tartare di carne.





UN OTTIMO BOLLITO

• **1** Mettete sul fuoco una pentola con abbondante acqua e un mazzetto aromatico, fate prendere l'ebollizione, salate e immergetevi la punta di petto (circa 1 kg per 4 persone).

• **2** Mettete il coperchio, fate riprendere il bollore, poi scoprite, abbassate la fiamma (l'acqua non deve bollire troppo altrimenti la carne diventa dura), asportate con un mestolo forato lo strato di schiuma che si sarà formato in superficie e continuate la cottura per circa 1 ora e 1/2. In questo modo la carne manterrà i suoi sapori ma il brodo risulterà povero.

UN LESSO AROMATICO

• **1** Sistemate al centro di un pezzo di reale disossato (1 kg per 4 persone) 1 carota, 1 costola di sedano e 1 porro piccolo tagliati per il lungo.

• **2** Avvolgete le verdure nella carne e legatela come fosse un arrosto. Immergetela in una pentola con abbondante acqua bollente salata, fate riprendere il bollore, abbassate la fiamma e cuocete da 2 ore a 2 ore e 1/2. Lasciatela raffreddare nel suo brodo prima di scolarla e affettarla. In questo modo la carne assorbirà i profumi delle verdure.









UN BRODO SAPORITO

• **1** Mettete in una pentola 1 cipolla steccata con 3-4 chiodi di garofano, 1 costola di sedano e 2 carote; coprite le verdure con abbondante acqua fredda.

• **2** Legate il biancostato (1 kg per 4 persone) e unitelo all'acqua, salate, coprite e portate a ebollizione; abbassate il fuoco e fate sobbollire per un paio d'ore, finché la carne è tenera. In cottura unite acqua bollente (la carne deve rimanere coperta). Otterrete un brodo saporito ma la carne avrà perso in parte le proteine: sarà perfetta per le polpette. Per un buon lesso usate il metodo suggerito per la punta di petto.

FAR BENE LA SPESA

• OCCHIO A COLORE E CONSISTENZA. Al momento dell'acquisto il colore della carne deve essere omogeneo e intenso, ma non cupo, in tal caso potrebbe essere stata trattata con additivi chimici. La superficie deve risultare umida e vellutata, il grasso bianco, così come il tessuto connettivo.

• LA CONSERVAZIONE. Dopo l'acquisto togliete la carne dalla sua confezione, asciugatela con carta da cucina, su un piatto copritela con pellicola e tenetela nella parte più fredda del frigorifero (+3 +4°) per non più di 2-3 giorni.

NOMI REGIONALI

Questi tagli di carne si possono chiamare anche con altri nomi, secondo le diverse località. Citiamo quelli più diffusi:

• PUNTA DI PETTO: petto, forcella, petto grosso, bruschetto.

• BIANCOSTATO: biancocostato, costata, spezzato, spuntature di pancia, appiccatura, gabbia.

• REALE: costa reale, fellata, locena sottospalla, fracosta, rosciale, spinello.

Potete preparare un ottimo bollito di manzo utilizzando tutti i tre tipi di carne, cuocendoli come indicato per la punta di petto e servendoli con verdure a vapore e sale grosso.

NEL PROSSIMO NUMERO: TRE TAGLI PER STUFATI

CONSIGLI IN BRICIOLE



IL MAZZETTO AROMATICO
Di solito è composto da carota, porro, sedano, alloro e prezzemolo legati insieme con spago da cucina, così a fine cottura sarà facile estrarlo dal brodo.



PER UN BRODO LIMPIDO
Si fa intiepidire, poi si passa da un colino a maglie fitte, foderato con un doppio foglio di carta da cucina, schiacciando leggermente le verdure per mantenere gli aromi.



VIA IL GRASSO IN 2 MINUTI
Si passa sulla superficie del brodo un mestolo forato con qualche cubetto di ghiaccio, per far solidificare il grasso, così sarà più facile eliminarlo.

Lax pudding

MORBIDO SFORMATO DI SALMONE E PATATE AL PROFUMO DI ANETO, UNA DELIZIA AL FORNO CHE TRIONFA SULLE TAVOLE SVEDESI

di Francesca Tagliabue, in cucina Livia Sala, foto di Maurizio Lodi

Questo gustosissimo piatto svedese, oggi preparato con salmone affumicato, tradizionalmente si consumava a pranzo, perché veniva preparato con il pesce e le patate cotti per la cena della sera precedente. Bastava aggiungere un po' di latte e di panna, qualche uovo, e il piatto forte per tutta la famiglia era pronto. Come spesso succede con le preparazioni popolari di piatti di tradizione che prevedono il riciclo di avanzi, il lax pudding può essere preparato usando salmone (lax, appunto) lessato, arrosto, cotto a vapore oppure fresco e marinato con zucchero e sale (il noto gravlax). Alcune ricette più moderne, che si



allontanano dalla tradizione (e appartengono alla nouvel husman, nuova cucina), servono lo sformato in forma di tortino, spesso arricchito con aromi e verdure tagliate a rondelle. Una ricetta di lax pudding contemporanea e abbastanza diffusa suggerisce una salsina a base di aceto di mele e uva sultanina.

Le varianti sono comunque moltissime, perché ogni nucleo familiare ha una sua ricetta tramandata che viene preparata per tutte le ricorrenze importanti, dai compleanni al pranzo di Natale (un gran buffet chiamato Julbord) fino al tipico pranzo della domenica. Lo sformato di salmone, inoltre, è sempre bene accolto nei pranzi e nelle cene con tanti amici dove "ognuno porta qualcosa", che spesso richiedono piatti preparati in anticipo e solo da riscaldare.

Il lax pudding è il non plus ultra del confort food svedese, un classico esempio di cucina casalinga o tradizionale (chiamata husmanskost) che, in Svezia, è particolarmente ricca di pesce. Ingrediente principale della cucina svedese, il pescato viene infatti apprezzato e cucinato in tutti i modi, crudo o cotto, marinato, affumicato o condito con diverse salse, e sulle tavole non mancano mai salmoni, aringhe, anguille, baccalà, merluzzi e crostacei vari.

COME SERVIRLO

Il laxpudding di solito viene servito con una salsina al burro o con succo di limone. I puristi della cucina svedese preferiscono condire il lax pudding con abbondante burro fuso caldo, che portano in tavola in una salsiera, e lo accompagnano con un'insalatina verde e le knäckebröd, le tipiche gallette croccanti di farina di segale mista a farina di frumento, gustandolo con una birra spumosa.

Un'alternativa più raffinata che vi suggeriamo è una gustosa salsa al burro al profumo di aneto: mettete in una ciotola 60 g di burro ammorbidito a temperatura ambiente e lavoratelo con una piccola frusta a mano, fino a ridurlo in crema. Aggiungete al composto 2 cucchiai colmi di aneto lavato, asciugato e tritato, e 1 pizzico di sale. Mescolate il tutto con un cucchiaio di legno, fino a ottenere un composto omogeneo.

LAX PUDDING CON SALMONE AFFUMICATO E ANETO

PER 6 PERSONE

800 g di patate - 250 g di salmone affumicato - 300 ml di latte - 100 ml di panna fresca - 150 di aneto - 4 uova - 1 cipolla grande - 1 cucchiaio di pangrattato - 25 g di burro - sale e pepe bianco

● **1** Lavate le patate, mettetele in una pentola con acqua fredda salata, portate a bollore e cuocete per mezz'ora. Scolatele, sbucciatele e lasciatele raffreddare. Scaldate il forno a 225°; riducete a pezzetti il salmone affumicato e tagliate le patate fredde a fettine spesse circa 1/2 cm.

● **2** Sbucciate e affettate la cipolla; lavate, asciugate e tritate l'aneto. Uniteli al salmone con 1 terzo delle patate e 1 pizzico di sale e mescolate. Ungete una pirofila che vada in forno con poco burro, rivestite il fondo con metà delle fette di patata rimaste, poi copritele con quelle mescolate a salmone, cipolla e aneto, livellate in uno strato. Terminate con le fette di patata rimaste e insaporite la superficie dello sformato con pepe a piacere.

● **3** Sgusciate le uova in una ciotola e aggiungetevi il latte, la panna e 1 pizzico di sale. Sbattete bene il tutto con la frusta e versatelo sopra lo sformato. Cospargete il tutto di pangrattato e fiocchi di burro, infornate e cuocete per circa 25 minuti. Potete servire con la salsa al burro al profumo di aneto (ricetta qui a fianco) a parte.

FACILE

● **Preparazione 40 minuti** ● **Cottura 55 minuti** ● **477 cal/porzione**

NEL NUMERO DI FEBBRAIO



FRITTELLE DIMENTICATE
Morbide ciambelline di patate, ghiotti amaretti, irresistibili sgonfiotti di riso, rombi di semolino, dorate fettine d'arancia in pastella... Un tuffo nell'olio per i buoni sapori di una volta, tra riscoperta e nostalgia.



PASTA E MAIALE
La salsiccia? Con le puntarelle, sui cellentani. La lonza? Con marsala e pioppini, sui fusilli. Le costine? Con i carciofi e i troccoli. In robusti primi d'inverno.



FISH&CHIC
Abbinamenti contemporanei, cotture brevi e presentazioni inconsuete. La cucina di pesce si aggiorna e propone piatti di quotidiana eleganza.

in edicola dal 20 gennaio

SALE&PEPE
n. 1 GENNAIO 2013

DIRETTORE RESPONSABILE
Laura Maragliano laura.maragliano@mondadori.it

REDAZIONE
Livia Fagetti fagetti@mondadori.it (caporedattore)
Barbara Galli barbara.galli@mondadori.it (caporedattore)
Mariateresa Carlucci carlucci@mondadori.it (caposervizio)
Enza Dalessandri enza.dalessandri@mondadori.it (caposervizio)
Alessandro Gnocchi gnocchi@mondadori.it (caposervizio)
Cristiana Cassé cristiana.casse@mondadori.it
Barbara Roncarolo barbara.roncarolo@mondadori.it

REDAZIONE GRAFICA
Loredana Maestri lmaestri@mondadori.it (caposervizio)
Cristina Papi cpapi@mondadori.it (caposervizio)
Susanna Meregalli susanna.meregalli@mondadori.it
Diego Stadiotti diego.stadiotti@mondadori.it
Patrizia Zanette zanette@mondadori.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE
Cinzia Campi cinzia.campi@mondadori.it (responsabile)
Paolo Riosa riosa@mondadori.it (ricerca iconografica)

PROGETTO GRAFICO
Roberto Porta porta@mondadori.it

HANNO COLLABORATO
Stefania Aledi, Alessandra Avallone, Ilva Beretta, Fiammetta Bonazzi, Patrizia Cantoni, Monica Cattaneo, Marina Cella, Claudia Compagni, Miriam Ferrari, Maria Luisa Gardimer, Martina Liverani, Paola Mancuso, Barbara Mantovani, Francesca Romana Mezzadri, Alessandro Pasinelli Studio, Chiara Patracchini, Antonella Pavanello, Livia Sala, Sandro Sangiorgi, Enrico Saravalle, Mariarosa Schiaffino, Francesca Tagliabue, Sissi Valassina, Paola Volpari

Foto: Alkèmia, Marco Azzoni/MDA, Ilva Beretta, Adriano Brusaferri, Luca Colombo/Studio XL, Maurizio Lodi, Francesca Moscheni, Stefania Sainaghi, Michele Tabozzi

SALE&PEPE SERVIZIO CLIENTI
Volete fare un abbonamento o dovete segnalare un disservizio?
Tel.199111999 (da lunedì a venerdì dalle 9.00 alle 19.00; costo massimo della telefonata € 0,12 + IVA al minuto senza scatto alla risposta, per cellulari costi in funzione dell'operatore); per chiamate dall'estero +39.041.509.90.49; fax 030.3198202; e-mail: abbonamenti@mondadori.it; internet: www.abbonamenti.it

Servizio collezionisti Avete perso un numero di Sale&Pepe? tel. 199162171; fax 02-95970333
e-mail: collez@mondadori.it
Distribuzione Distribuzione a cura di Press Di srl.

ARNOLDO MONDADORI EDITORE S.P.A.
REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE: 20090 Segrate (Milano) - Tel. 02/75421. Casella postale n. 1833, 20101 Milano. Telegrammi e Telex: 320457 MONDMI I.
CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ: Mondadori Pubblicità S.p.A.
SEDE CENTRALE: 20090 Segrate (Mi) - Tel. 027542.1 - Fax 02/75422302.

Pubblicazione registrata presso il Tribunale di Milano n. 464 del 8/9/1986.
MONDADORI PRINTING S.p.A., via Luigi e Pietro Pozzoni, 11, Cisano Bergamasco (Bergamo). Stabilimento di Verona. Distribuzione a cura Press-Di srl.
Servizio arretrati/collezionisti a cura di Press Di Distribuzione Stampa e Multimedia srl "Collezionisti" (Tel. 199162171; Fax 0295103250; email: collez@mondadori.it), conto corrente postale n° 77270387.
Garanzia di riservatezza agli abbonati: L'Editore garantisce la massima riservatezza dei dati forniti dagli abbonati e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o cancellazione ai sensi dell'art. 7 del D. leg. 196/2003 scrivendo a: Press-Di srl Ufficio Abbonamenti: Casella postale n. 77003101 email: abbonamenti@mondadori.it





Accertamento Diffusione Stampa - Certificato n. 7257 del 14 dicembre 2011



Questo periodico è iscritto alla FIEG Federazione Italiana Editori Giornali